मधु संचयन

(स्वामी गहनानन्द सूक्ति संग्रह)

'गहन आनन्द चिन्तन'
भाग – 1
ग्रन्थ से साभार संकलित

मूल ग्रन्थ : स्वामी तत्परानन्द
सूक्ति संग्रह : सुरेन्द्र सिंह चौहान

मधु संचयन

(स्वामी गहनानन्द सूक्ति संग्रह)

'गहन आनन्द चिन्तन'

भाग – 1

ग्रन्थ से साभार संकलित

मूल ग्रन्थ : स्वामी तत्परानन्द

सूक्ति संग्रह : सुरेन्द्र सिंह चौहान

रामकृष्ण मिशन लोकशिक्षा परिषद

रामकृष्ण मिशन आश्रम

नरेन्द्रपुर, कोलकाता – 700103

Phone: 033-24274537/528

Email: rkmlpndp@gmail.com

Website: www.rkmlsp.org

प्रकाशक :
स्वामी शास्त्रज्ञानन्द
सम्पादक
रामकृष्ण मिशन लोकशिक्षा परिषद
रामकृष्ण मिशन आश्रम
नरेन्द्रपुर, कोलकाता – 700103
Email : rkmlpndp@gmail.com

प्रकाशन काल :– बुद्ध पूर्णिमा, 2023

मुद्रक :

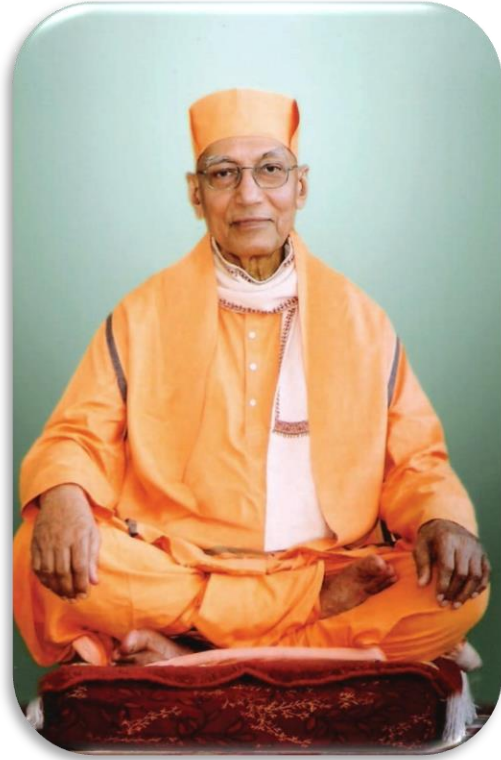
समर्पण मूल्य :– 50/–

हमारे पावन त्रिदेव

(रामकृष्ण मिशन आश्रम, नरेन्द्रपुर)

स्थापकाय च धर्मस्य सर्वधर्म स्वरूपिणे।
अवतार वरिष्ठाय **रामकृष्णाय ते नमः।।**
यथाग्नेर्दाहिकाशक्ति रामकृष्णे स्थिता हि या।
सर्वविद्यास्वरूपां तां **सारदां प्रणमाम्यहम्।।**
नमः श्री यतिराजाय विवेकानन्द सूर्ये।
सच्चित् सुखः स्वरूपाय **स्वामिने ताप हारिणे।।**

स्वामी विरजानन्दजी

रामकृष्ण संघ के षष्टम अध्यक्ष, जिनसे स्वामी गहनानन्दजी की मन्त्र दीक्षा एवं सन्यास दीक्षा हुई थी।

स्वामी गहनानन्दजी

प्रकाशक की कलम से

मार्च 2018 में 'गहन आनन्द चिन्तन' ग्रन्थ, भाग–1 के प्रकाशन को पाठकों ने बहुत ही सराहा। उपलब्ध सभी प्रतियाँ समाप्त हो जाने के पश्चात उसके पुर्नमुद्रण की आवश्यकता पड़ने लगी। ईश्वरीय इच्छा से इस साधनोपयोगी ग्रन्थ का यह संक्षिप्त संस्करण साधकों के हाथों में प्रस्तुत है ।

इस कार्य में पाठकों के साथ–साथ संकलनकर्ता, मुद्रक और अन्य सभी सहयोगियों के अथक परिक्षम के लिए हमारा हार्दिक धन्यवाद।

आशा है यह संक्षिप्त संस्करण भी मूल ग्रन्थ की भांति हिन्दी–भाषी पाठकों में समादृत होगा।

स्वामी शास्त्रज्ञानन्द
सचिव
रामकृष्ण मिशन
नरेन्द्रपुर, कोलकाता

दिनांक – 5 मई 2023

प्रस्तावना

यह प्रसन्नता का विषय है कि जोधपुर निवासी भक्त, स्वाध्याय–प्रेमी सज्जन श्री सुरेन्द्र सिंह चौहानजी ने अपने अथक प्रयासों से **'गहन आनन्द चिन्तन'** हिन्दी ग्रन्थ के प्रथम भाग से पूज्यपाद् श्रीमत् स्वामी गहनानन्दजी महाराज के पत्रों एवं अन्य लेखों से कुछ साधनोपयोगी सूक्तियों का संकलन कर नित्य पठनीय उपदेश–सहचरी के रुप में इस *गागर में सागर* – ***मधु संचयन*** ग्रन्थ की रुपरेखा निर्धारित की। उनके इस ईश्वर–प्रेरित कर्म के लिए विशेष साधुवाद।

आशा है साधकों को यह ग्रन्थ अवश्य ही उन्नयनकारी अनुभूत होगा।

मेरी पावन त्रिदेवों के चरणों में इस हेतु विशेष प्रार्थना ।

धन्यवाद।

गुरु चरणाश्रित
स्वामी तत्परानन्द
रामकृष्ण मिशन आश्रम
नरेन्द्रपुर, कोलकाता
madhusanchayan@gmail.com

भूमिका

ऊँ नमः श्री भगवते रामकृष्णाय नमो नमः।

'गहन आनन्द चिन्तन' के विशिष्ट पत्रों एवं संस्मरण संकलनों के सम्बन्ध में मेरा ये सौभाग्य रहा कि रामकृष्ण आश्रम, बीकानेर में पूज्य स्वामी सुहितानन्दजी महाराज, सहाध्यक्ष, रामकृष्ण मठ एवं मिशन, बेलूड़ मठ द्वारा दिनांक 22 फरवरी 2018 को हुए इसके विमोचन, के दूसरे ही दिन, इसकी एक प्रति जोधपुर में मेरे हाथों में थी। ठाकुर कृपा से रूचि भी ऐसी बनी की प्रकाशन के 9 माह के भीतर ही इसे आद्योपान्त 4 बार पढ़ना हो गया। इसी क्रम में, पूर्वाभ्यास के कारण जो कुछ अच्छा लगता उसे रेखांकित भी करता रहा। एक दिन ऐसे ही एक पत्र के रेखांकित भाग को सजावट कर रामकृष्ण विवेकानन्द भाव प्रचार नाम से जो अपना वाट्स एप ग्रुप है उस पर पोस्ट किया और फिर अच्छा प्रत्युत्तर आने पर यह क्रम नियमित रूप से चल पड़ा।

इसी दौरान पुस्तक के संकलक एव परिकल्पनाकार – स्वामी तत्परानन्द जी ने प्रेरणा दी और कहा कि यह

अच्छा काम हो रहा है – हो सके तो ऐसा करे कि सम्पूर्ण पुस्तक के चयनित उपदेशों को संकलित किया जावे ताकि भविष्य में इसे पॉकेट साइज की पुस्तक में प्रकाशित करवाया जा सके। चूँकि मैंने पहले से ही पूरी पुस्तक के वे अंश जो मुझे महत्त्वपूर्ण लगे रेखांकित कर रखे थे, केवल उन्हें विषयवार टाइप ही करना था, सो अगले 4–5 दिनों में ही 250 से अधिक रेखांकित सदुपदेश तैयार हो गये। ऐसा करते समय हरेक सदुपदेश का सहज भाव से जो समझ में आया एक एक शीर्षक भी बनाता रहा। इस दौरान महाराज से जो कुछ दिशानिर्देश मिलते रहे, तदनुरूप उनमें आवश्यक सुधार भी करता रहा। इसी क्रम में महाराज ने पुस्तक का सुन्दर नाम भी सुझा दिया –'गहन आनन्द चिन्तन – मधु संचयन' और इस तरह सहज रूप से यह उपयोगी पॉकेट साइज पुस्तक मुख्य पुस्तक के साथ पढ़ने योग्य आकार में हमें सदैव लाभान्वित करने हेतु उपलब्ध हो गयी। मुख्य पुस्तक तो समुद्र की भाँति असंख्य रत्नों से युक्त है, ठाकुर कृपा से कुछ रत्न, हमारी त्वरित सुविधा एवं प्रेरणा के लिये इस पॉकेट साइज में हमे प्राप्त हो गये है, ऐसा कहा जा सकता है।

निजी धारणा यही बनी है कि मूल पुस्तक से संकलित यह मधु संचयन तब तक पढ़ते जाना है जब तक कि–

- तीन बार की उपदेशित नियमित उपासना के अतिरिक्त अन्य समय में भी हर पल मन ही मन मंत्र जप का अभ्यास न बन जाय।
- आलस्य प्रमाद का त्याग हो कर हमारा एक शान्त, स्थिरचित्त, निर्विकार कर्मयोगी के रूप में विकास न हो जाय।
- शान्ति वितरित करने वाली आत्मिक प्रसन्नता हमारा स्वभाव न बन जाय।
- यह बात हृदय की गहराईयों से न समझ ले कि हमारी मंत्र दीक्षा होना और उसके द्वारा नाम–मंत्र के जप का अधिकार मिलना हमारे सौभाग्य का द्योतक है।
- अपने दैनिक कार्यो को भगवद्पूजा मानकर करने का अभ्यास न बन जाय।

अन्ततः दीक्षा गुरू श्रीयुत स्वामी गहनानंद जी महाराज का उनके भौतिक शरीर में रहते केवल दीक्षा के दिन ही दर्शन–स्पर्शन–सत्संग का लाभ मिला, उसका कुछ

रोष भी मन में था – ऐसा कहा जा सकता है एवं ठाकुर कृपा से पुस्तक गहन आनन्द चिन्तन रूपी कल्पतरू वृक्ष की छाँव में बैठकर यह रोष **मानो मिट गया** और इसके फल के रूप में यह मधु संचयन प्राप्त होकर मन **अब खिल उठा** ।

सुरेन्द्र सिंह चौहान
28, समन्वय,बंग–द्वित्तीय,
रणछोड राय मन्दिर के पास,
दिलीप नगर, लालसागर,
जोधपुर – 342302 राजस्थान
surender.saptrishi.1@gmail.com
Mobile No.9460957500

श्रीमत् स्वामी गहनानन्दजी महाराज की जीवनी

महाराज का जन्म 1916 ई. के अक्तूबर में सिलहट जिले (अब बांगलादेश में) मे पहाड़पुर गाँव में हुआ था । अपने छात्र–जीवन में ही उन्होंनें श्रीरामकृष्ण तथा स्वामी विवेकानन्द की जीवनी तथा उपदेशों का अध्ययन किया और उनके प्रति तीव्र आकर्षण का अनुभव किया । वे रामकृष्ण संघ के कुछ

संन्यासियों के समर्पित जीवन से भी काफी प्रभावित हुए थे, विशेषकर ब्रह्मलीन स्वामी प्रभानन्दजी (केतकी महाराज) से, जो उनके पूर्वाश्रम के रिश्ते में भाई भी लगते थे । एक बार वे श्रीरामकृष्ण के अन्तरंग शिष्य स्वामी अभेदानन्द जी से भी मिल चुके थे ।

जनवरी 1939 में 22 साल की आयु में महाराज ने रामकृष्ण संघ के भुवनेश्वर केन्द्र में प्रवेश लिया और दो माह बाद संघ के तत्कालीन अध्यक्ष स्वामी विरजानन्दजी महाराज से मंत्र दीक्षा प्राप्त की । 1944 ई. में स्वामी विरजानन्दजी महाराज ने ब्रह्मचर्य की दीक्षा प्रदान की और अमृत चैतन्य नाम दिया; तदुपरान्त 1948 ई. में उन्हें संन्यास–दीक्षा और गहनानन्द नाम प्रदान किया ।

भुवनेश्वर में उन्होंने स्वामी निर्वाणानन्द जी महाराज (जो बाद में संघ के उपाध्यक्ष हुए थे) के प्रेरक मार्गदर्शन में कार्य किया । स्वामी शंकरानन्द जी (बाद में संघ के 7वें अध्यक्ष) स्वामी अचलानन्द जी (स्वामी विवेकानन्द जी के एक शिष्य तथा संघ के उपाध्यक्ष) के भुवनेश्वर तथा पुरी आने पर महाराज को उनकी सेवा करने का सौभाग्य भी मिला था । 1942

से 1952 तक उन्होंने मायावती के अद्वैत आश्रम की कोलकाता शाखा में सेवा दी । इन 10 वर्षों मे दौरान दो बार वे निर्जन में अध्ययन तथा साधना हेतु हिमालय में स्थित मायावती आश्रम गये ।

1953 से 1958 तक वे शिलांग केन्द्र में रहे, जहाँ उन्होंने (स्वामी ब्रह्मानन्द जी महाराज के शिष्य) स्वामी सौम्यानन्द जी के मार्गदर्शन में कार्य किया । इस काल के दौरान उन्होंने असम में दो बार बाढ़–राहत–कार्य का भी परिचालन किया । स्वामी गहनानन्द जी की रोगी तथा पीड़ित मानवता की सेवा में विशेष रुचि थी और 1958 ई. उनकी मिशन के अस्पताल रामकृष्ण मिशन सेवा प्रतिष्ठान में नियुक्ति की गयी । 27 वर्षों के सुदीर्घ काल तक वे इसकी समस्त गतिविधियों के साथ गहराई से जुड़े रहे – प्रथम 5 वर्ष तक वे उप–सचिव के रूप में उसके संस्थापक सचिव स्वामी दयानन्द जी के प्रेरणादायी निर्देशन में और तदुपरान्त 1985 तक के 22 वर्षो तक इसे प्रमुख के रूप में ।

सेवा–प्रतिष्ठान मूलतः एक आदर्श प्रसूति–गृह तथा शिशु–मंगल–केन्द्र के रूप में शुरू किया गया था

और कुछ वर्षों तक उसी रूप में सुपरिचित था । परवर्ती काल में इसने जो बृहत् तथा बहुमुखी रूप धारण किया, वह मुख्यतः स्वामी गहनानन्दजी महाराज के कार्यकाल के दौरान ही हुआ । उन्होंने समाज के निर्धन तथा अल्प आय वर्ग के अधिकाधिक लोगों की चिकित्सकीय आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए इसकी सेवाओं के विकास तथा विस्तार हेतु अथक परिश्रम किया । वहाँ निवास के दौरान, उन्होंने चल–चिकित्सा–इकाइयों के माध्यम से दूर के 33 गाँवों में नेत्रों के मुफ्त ऑपरेशन के लिए कैम्प, प्रतिवर्ष गंगासागर मेला के तीर्थ–यात्रियों के लिए चिकित्सा–सेवा और बंगलादेश के मुक्ति–युद्ध के दौरान शरणार्थियों के लिए राहत–कार्य की व्यवस्था की ।

1965 ई. में वे रामकृष्ण मठ के ट्रस्टी और रामकृष्ण मिशन की संचालन–समिति के सदस्य निर्वाचित हुए । 1979 में वे इन दोनों संस्थाओं के सह–सचिव नियुक्त हुए । इसके बाद भी वे मार्च 1985 तक सेवा–प्रतिष्ठान के सचिव का उत्तरदायित्व निभाते रहे । इसके बाद वे पूर्णकालिक सह–सचिव में रूप में बेलूड़ मठ मुख्यालय में चले आये । 1989 में

वे मठ तथा मिशन के महासचिव बने और तीन वर्षो तक उसी पद पर बने रहने के बाद 14 अप्रैल, 1992 में महाराज को संघ का उपाध्यक्ष चुना गया । इसके बाद ही उसी उसय से वे काकुड़गाछी, कोलकाता के रामकृष्ण मठ (योगोद्यान) के भी अध्यक्ष थे । तदुपरान्त 25 मई, 2005 से रामकृष्ण मठ, बेलूड़ मठ के ट्रस्टी मण्डल तथा मिशन की कार्यकारी समिति ने उन्हें संघ का 14वाँ अध्यक्ष चुना था ।

मठ तथा मिशन के उपाध्यक्ष के रूप में स्वामी गहनानन्द जी ने भारत के विभिन्न अंचलों की यात्रा की और संघ के अनेक केन्द्रों तथा बहुत–से असंलग्न केन्द्रों में पदार्पण किया । 1993 ई. में शिकागो में विश्वधर्म–महासभा कौंसिल द्वारा स्वामी विवेकानन्द के धर्म–महासभा में भाग लेने की ऐतिहासिक घटना की शताब्दी मनाने हेतु आयोजित समारोह (जिसमें दुनिया के विभिन्न अंचलों के 6500 लोगों ने भाग लिया था) में रामकृष्ण संघ का प्रतिनिधित्व किया । उस दौरान उन्होंनें संघ के अमेरिका तथा कनाडा स्थित केन्द्रों का परिदर्शन किया । उन्होंने विभिन्न अवसरों पर इंग्लैंड, फ्रांस, स्विटजरलैंड, हालैंड, आस्ट्रेलिया, जापान, म्यांमार,

श्रीलंका, बंगलादेश, सिंगापुर, मलेशिया तथा मारीशस के विभिन्न स्थानों का भी दौरा किया ।

इन स्थानों पर उन्होंने श्रीरामकृष्ण, श्री सारदादेवी तथा स्वामी विवेकानन्द के सन्देश का प्रचार किया और हजारों साधकों को मंत्र दीक्षा प्रदान की । उन्होंने अपनी व्यक्तिगत कठिनाइयों तथा असुविधाओं पर ध्यान न देते हुए देश के सभी अंचलों से, यहाँ तक कि अति दूर स्थित गाँवों से भी आध्यात्मिक निर्देश के लिए प्राप्त हुए अनुरोधों को स्वीकार किया और वहाँ पदार्पण करके जिज्ञासुओं को मंत्र दीक्षा प्रदान की तथा सभी लोगों को शान्ति तथा मुक्ति की उपलब्धि हेतु आध्यात्मिक जीवन में मागदर्शन किया ।

गिरते स्वास्थय के कारण 4 सितम्बर 2007 को उन्हें चिकित्सा हेतु कोलकाता के रामकृष्ण मिशन सेवा प्रतिष्ठान में भर्ती कराया गया था । उत्कृष्ट चिकित्सा की व्यवस्था उपलब्ध कराने के बावजूद उनकी अवस्था बिगड़ती गई और वहीं 4 नवम्बर को दोपहर उपरान्त 5.35 बजे अन्तिम सांस ली ।

(सौजन्य – विवेक ज्योति, मासिक रायपुर के दिसम्बर 2009 के अंक से साभार गृहित)

स्वामी विरजानन्दजी द्वारा लिखित पत्रों से

स्वामी गहनानन्दजी
निज गुरु प्रणामरत

श्रीमान नरेशरंजन (स्वामी गहनानन्द)

1 कार्यों में व्यस्तता रहने पर शरीर–मन का बहुत ही अच्छा प्रशिक्षण हो जाता है और उससे ही जप–ध्यान करने का सामर्थ्य भी बढ़ता है। अन्यथा तामसिक शरीर से जप–ध्यान हो पाना असम्भव होता है। अतएव इन सब कार्यों के द्वारा तुम्हारी कोई भी क्षति नहीं हो सकती, यही जानो, और इससे तुम्हारा कल्याण–साधन ही होगा। (पृष्ठ ७४)

2 साधन–जीवन में अनवरत आनन्द–लाभ बहुत दूर की ही बात है, उठना और गिरना तो लगा ही पड़ा है। इन सब से किसी प्रकार का भय नहीं करना है। धैर्य को धारण कर नियमित जपध्यानादि करने में किसी प्रकार की उदासीनता और आलस्य को स्थान न दो। खानदानी किसान की तरह लगे रहना पड़ता है, तुम्हें क्या मिल रहा है और क्या नहीं, इसकी ओर ध्यान न दो। (पृष्ठ ८२)

3 तुम्हारे उपर बहुत कार्यों का भार आ पड़ा है, तो इसे छोड़ और क्या करोगे? श्रीश्रीठाकुर जब जिस अवस्था में रखे उसी में रहकर ही सन्तुष्ट रहना

उचित है। किसी अवस्था में विचलित और विरक्त न होकर प्राप्त कर्त्तव्य को श्रीश्रीठाकुर की सेवाज्ञान से सुसम्पन्न कर सकने पर वही भजन के समतुल्य हो जाता है। चित्तशुद्ध हो जाता है। इससे चरित्र गठित होगा एवं श्रीश्रीठाकुर तुम्हारे उपर प्रसन्न होंगे। काम के साथ–साथ यथा–साध्य ध्यान जप और स्वाध्यायादि का अभ्यास करते रहो। (पृष्ठ ८5)

4 हजारों कार्यों की व्यस्तता रहने पर भी जपध्यान का अभ्यास छोड़ो नहीं। वो ही साधुजीवन का सम्बल और अवलम्बन। बेकार के काम और वार्तालापों में समय नष्ट मत करो।

शभानुध्यायी
विरजानन्द

संस्मरणो के झरोखे से
अनुकरणीय कुछ बातें

1 उनके व्यक्तित्व का सौन्दर्य था, सभी के प्रति एक अपूर्व सहानुभूति। कोई भी जीवन व्यर्थ नहीं है। सभी के प्रति ये सहानुभूति भाव ही उनके अन्दर हमने सब समय ही दृष्टिगोचर किया है।
वे किसी के भी मन को कष्ट देकर कुछ करवाना पसंद नहीं करते थे। यह उनका एक बहुत ही बड़ा गुण था।
सभी परिस्थितियों में अपने को समझा लेना और किसी के भी मन को कष्ट न देना, ये उनके जीवन का अपूर्व वैशिष्ट्य था।
वे ज्यादा वार्तालाप नहीं करते थे। छोटे से वार्तालाप में सूत्र के रूप में बोल देते थे। उनको थोड़ा सोच–विचार कर समझना पड़ता।
उनका भाव था, साधारण काम हो या बड़ा काम, किसी भी कार्य की अवहेलना करना उचित नहीं है। प्रत्येक कार्य श्रीश्रीठाकुरजी का ही, यही भाव उनके अन्तर में सर्वांग सम्पूर्ण सौन्दर्य के साथ प्रकट होता था (संस्मरण स्वामी स्मरणानन्दजी महाराज, पृष्ठ 524, 525)

2 सभी परिस्थितियों में अपने को अवस्थानुरूप व्यवस्थित कर पाने की उनमें अद्भुत क्षमता थी। कहीं-कहीं हम लोगों को अवस्थाओं के अनुरूप व्यवस्थित होने में असुविधा होती थी पर वे बड़े ही निर्विकार रूप से अवस्थाओं के अनुरूप स्वयं को ढ़ाल लेते थे।

और उनके असीम धैर्य की तो बात ही क्या! सभी की बातें वे धैर्यपूर्वक सुनते, किन्तु प्रत्युत्तर अल्प ही होता।

उनका दैनन्दिन जीवन बड़ा ही सुनियन्त्रित रहता। दिन भर में जो भी उनके करणीय कार्य होते, बिना छोड़े सब विधि पूर्वक सम्पन्न करते। इतनी व्यस्तता के बीच भी वे नियमित रूप से जप-ध्यान करते।

उनके चरित्र का एक और वैशिष्ट्य था - शिष्टाचार।

और सर्वोपरी था अद्भुत सौजन्यता बोध से भरा उनका हंसमुख चेहरा।

(संस्मरण स्वामी प्रमेयानन्दजी महाराज, पृष्ठ 529, 530)

3 एक प्रश्न के उत्तर में उन्होंने कहा - देखो, हम बहुत बार ऐसा अनुमान लगा लेते हैं कि हम नहीं कर पाएंगे, लेकिन निडरता से जब हम उसमें अग्रसर होते हैं तो, हम देख पाते हैं कि

हम इसे सफलतापूर्वक करने में सक्षम हैं। यह विश्वास ही उनकी सफलता का मंत्र था और इसी पर वे मजबूती के साथ दृढ़ रहकर बहुत कुछ कर गये। (संस्मरण स्वामी प्रभानन्दजी महाराज, पृष्ठ 539)

4 वे रामकृष्ण–संघ के ब्रह्मचर्य मन्त्रों के पालन पर विशेष महत्त्व देते थे। (संस्मरण स्वामी शिवमयानन्दजी महाराज, पृष्ठ 547)

5 वे (पूजनीय गहनानन्दजी) स्वयं एक बात बोलते हैं, कार्य ही श्रेष्ठ आध्यात्मिक साधना एवं मानव सेवा ही श्रेष्ठ पूजा है। इन दानों सर्वश्रेष्ठ सिद्धान्तों का मैं सारे जीवन पालन करता आया हूँ। (संस्मरण स्वामी सुविरानन्दजी महाराज, पृष्ठ 557)

6 सभी के मत को साथ लेकर चलना उनके प्रशासनिक गुणों का प्रथम पहलू था। (संस्मरण स्वामी गिरिधरानन्दजी महाराज, पृष्ठ 571)

7 उनमें दिन में 13–14 घन्टे कार्य करने की जबरदस्त क्षमता थी। उन्हें कभी थकते नहीं देखा। मैंने पूज्य महाराजजी को कभी किसी पर उत्तेजित या अधैर्यपूर्ण व्यवहार करते नहीं देखा, चाहे वे कार्य कर रहे हो अथवा सेवा प्रतिष्ठान का निरीक्षण। .... पूज्य महाराज निडर व्यक्ति थे। वे

साहसी, शक्तिशाली और निर्भीक थे। .... (एक दिन एक युवा दम्पति को निर्देश देते हुए जो कहा वो मैंने सुना)–“जप करो” “जप करो”, और श्रीरामकृष्ण वचनामृत पढ़ो। इसी से तुम्हारी सारी समस्याएं सुलझ जाएगी। (संस्मरण स्वामी सत्यरूपानन्दजी महाराज, पृष्ठ 574, 578)

8 उनके जीवन की .... महत्वपूर्ण विशेषता यह थी कि वे प्रत्येक समय बिना किसी तनाव के अपने काम में व्यस्त रहते थे। .... पूज्य महाराज संन्यासी–सदस्यों के वेष एवं व्यवहार के प्रति बहुत सतर्क थे और इस संबंध में किसी लापरवाही पर बहुत नाराज होते थे। वह स्वयं के जीवन–व्यवहार द्वारा सबके समक्ष उदाहरण प्रस्तुत करते थे। (संस्मरण स्वामी मुक्तिनाथानन्दजी महाराज, पृष्ठ 580,583)

9 .... पता नहीं कब वे निद्रा–विश्रामादि करते हैं! यह सोच कर भी आश्चर्य होता था। उनकी साधना में कर्मयोग की ही प्रधानता देखने मे मिलती थी। इतनी व्यस्तता के बीच, कार्यो की बहुलता से उनके मुखमण्डल पर प्रकाशित उस शान्ति वितरित करने वाली मुस्कान को कभी धूमिल होते हमने नहीं देखा। उनका यह गुण मुझे स्वामी विवेकानन्दजी का उपदेश याद दिलाता है, वे कहते हैं कि जितने शान्त होकर हम कार्य

करते हैं, उतने ही हमारे स्नायुओं का क्षय कम होता और हम कम विचलित होते हैं और जितना हम कार्य को प्रेमास्पद को समर्पण के भाव से करें उतना ही कार्य भी उत्तमोत्तर होता जाता है। स्वामी विवेकानन्द के इन उपदेशों का वे जीता जागता उदाहरण थे। (संस्मरण स्वामी निखिलेश्वरानन्दजी महाराज, पृष्ठ 580,583)

10 गहनानन्दजी महाराज जो भी कार्य करते पूरे मनोयोग से ही करते। कितनी ही व्यस्तता क्यूँ न हो, कोई भी कार्य वे न तो जल्दबाजी में करते और न ही अन्यमनस्क होकर करते। जूता भी खोलते तो उसे सीधी रेखा में और दोनों पाँव के जूते एकदम पास–पास और यथा–स्थान ही रखते। कितनी भी व्यस्तता क्यों न रही हो इन सबमें कोई व्यतिक्रम नहीं देखा जाता। .... महाराजजी की सभी कार्यो में एक निजस्व की परिकल्पना रहती थी और उसे वे कभी भी विस्तारपूर्वक बोलने में विश्वास नहीं करते थे। .... जिनको दुष्ट और दुर्दमनीय कहा जाता था उन लोगों में वे ईश्वरीय प्राणशक्ति की प्राचुर्यता देख पाते थे। इसलिए उन्हें महाराजजी का बहुत ही स्नेह प्राप्त होता था। उन लोगों को पास बुला कर बातचीत के दौरान ही विभिन्न छद्मोपदेश देते जिससे वे अपनी क्रिया–शक्ति को अच्छे मार्ग पर लगा पाते।

उनके उत्साहवर्द्धन से बहुत से लोग रामकृष्ण–भावधारा से युक्त हो धन्य हुए। (संस्मरण स्वामी आत्मनिष्ठानन्दजी महाराज, पृष्ठ 603,607,608)

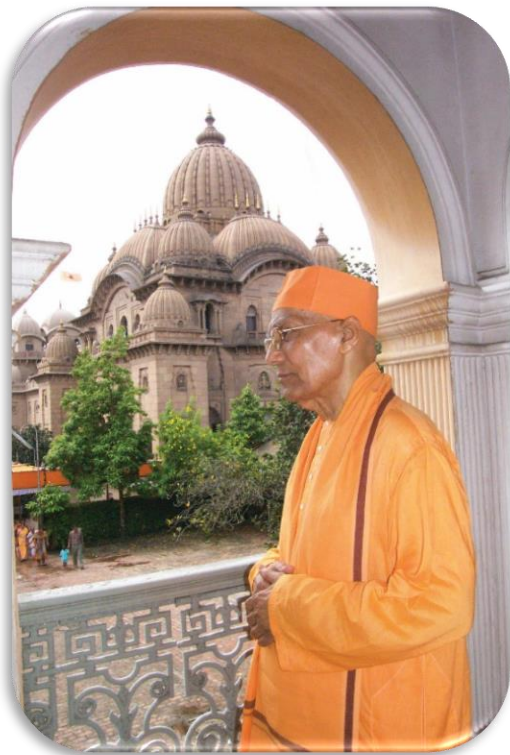
11 उस समय स्वामी हिरण्मयानन्द जी महाराज रामकृष्ण मठ और मिशन के महासचिव और स्वामी गहनानन्दजी महाराज सह–सचिव थे। उस समय एक कार्य हेतु उन्हें त्रिवेन्द्रम आश्रम में जाना पड़ा। इन्हीं कार्यों के बीच समय निकाल कर वहाँ के अध्यक्ष स्वामीजी के साथ तीर्थक्षेत्र कन्याकुमारी दर्शन हेतु गये। वापसी के समय रास्ते में हठात् उनकी गाड़ी का ब्रेक–फेल हो गया।

चालक किसी प्रकार से गाड़ी को नियन्त्रण में नहीं ला पा रहा था। रास्ते के एक तरफ बड़े वृक्षों की कतार और एक तरफ सामने से आने वाले द्रुत–गति के वाहन, ऐसे में सभी के लिए भयावह स्थिति थी। स्वामी हिरण्मयानन्दजी बोलते हैं, हम सभी उस समय विभ्रान्त हो बैठे थे। और मेरे पास बैठे थे गहनानन्द, बिल्कुल स्थिर हो कर बैठे थे। कोई भी उद्वेग उनमें देखने को नहीं मिल रहा। ईश्वर की इच्छा रही कि अचानक गाड़ी एक स्थान पर जाकर थम गयी। सभी की प्राण–रक्षा हुई। परवर्ती काल में इस घटना का

उल्लेख करते हुए स्वामी हिरण्मयानन्दजी बोलते – गहनानन्द खूब जप–ध्यान करता है ना। (अर्थात स्वामी गहनानन्द साथ में थे और उस दिन उनकी जप–ध्यान निष्ठा की शक्ति के कारण ही निश्चित सी लगने वाली दुर्घटना से गाड़ी में बैठे लोग मौत के मुख से बच गये।)

(संस्मरण – स्वामी प्रमेयानन्दजी महाराज, पृष्ठ 530, 531)

रामकृष्ण मिशन, नई दिल्ली (गर्भ–मन्दिर में)

रामकृष्ण मठ, जयरामबाटी (गर्भ–मन्दिर में)

बेलूड़ मठ प्रांगण में

मधु संचयन

(स्वामी गहनानन्द सूक्ति संग्रह)

'गहन आनन्द चिन्तन'
भाग – 1
ग्रन्थ से साभार संकलित

मूल ग्रन्थ : स्वामी तत्परानन्द
सूक्ति संग्रह : सुरेन्द्र सिंह चौहान

स्वामी गहनानन्दजी
द्वारा लिखित पत्रों से कुछ चयनित सूक्तियाँ

1

आखिरी जन्म : श्रीभगवान अवश्य ही तुम सभी का मंगल करेंगे। वे ही तुम्हारा हाथ पकड़े हैं। कारण, उन्होंने स्वयं ही बोला है कि जिनका आखिरी जन्म है उनको यहाँ आना ही होगा। तुम लोग भी आस्था रखो, विश्वास करो। भगवान को मन–प्राण देकर पुकारो जैसे यही तुम्हारा अन्तिम जन्म हो। बस इतना ही करो। तुम लोग एक पैर आगे बढ़ोगे तो वे दस पैर तुम्हारी ओर आ जाएँगे। निश्चित ही जानो, तुम सभी को वे अपनी गोद में लेंगे ही लेंगे। (आशा वाणी, पृष्ठ ३,४)

2

स्मरण रखो : दीक्षा दान के बाद दीक्षित भक्तों को वे स्मरण करवा देते कि –'आज से सर्वदा मन में धारण कर लो कि तुम्हारे इष्टदेवता तुम्हारे हृदय में बैठे हैं। उनका ख्याल रखना' (पृष्ठ ३३)

3

हमारा सौभाग्य : वास्तव में तुम बहुत ही भाग्यशालिनी हो, तुम्हारे इष्टदेव ने शत कोटि लोगों के समुदाय में

से तुमको स्वीकार कर तुम्हें उनके नाम–मन्त्र के जप का अधिकारी बनाया है। अवश्य ही यह तुम्हारे सौभाग्य का द्योतक है। (संस्कृत भाषा का पत्र, पृष्ठ 93)

4

दैनिक कार्य : अपने दैनन्दिन कार्यो को भगवद्पूजा मानकर करो। इससे तुम्हारे सभी संस्कार शुद्ध होते जाएँगे, तुम्हारा मन भी ध्यानपरायण बनेगा और तुम भगवद्–दर्शन के लायक बन जाओगी। (संस्कृत भाषा का पत्र पृष्ठ 94)

5

पिचहतर (75) के बाद : पिचहतर वर्ष की उम्र हो चुकी है अब जहाँ तक हो सके दिन–रात हर घड़ी लगातार प्रभु का नाम जपते रहने की चेष्टा करो। पुस्तकों, पत्रिकाओं में अब तुम्हें क्या मिलना है? 10–20 वर्ष अब भी समय है, प्रभु का नाम जपा करो। संसार की, शान्ति की, सब तरह की कामना प्रभु के श्रीचरणों में समर्पित कर दो। (पत्र सँख्या 1, पृष्ठ 95)

6

मठवासियों के प्रति : तुम मठ में आ गए हो तो श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, हमारे स्वामीजी महाराज तथा

उनके गुरुभाइयों के जीवन तथा उनके उपदेशों से परिचित होना तुम्हारा पहला काम समझो, जैसे मन्दिर में प्रवेश करने से पहले लोग गंगास्नान करते हैं। फिर संस्कृत भाषा पर अधिकार–लाभ प्राप्ति की चेष्टा करो। (पत्र सँख्या 2, पृष्ठ 96)

7

जो है माँ है : श्रीश्रीमाँ के अतिरिक्त इस संसार का अस्तित्व ही कहाँ है कि तुमने लिखा है 'माँ ने संभाला', वगैराह। जगत् का आश्रय ही माँ है – सृष्टि, स्थिति, संहारकारिणी माँ हैं, उन्हीं में तुम्हारा, मेरा, सभी की सृष्टि, स्थिति, संहार आश्रित है। जो कुछ हुआ माँ के ही आश्रय में रहकर हुआ। तुमने जो कुछ किया, या जो कुछ तुमसे हुआ, या जो कुछ श्रीश्रीमाँ ने तुमसे कराया, समझो उन्हीं के आश्रय में तुमने किया। माँ पर अपना ध्यान केन्द्रित करोगी तो माँ के अतिरिक्त किसी और बात को लेकर सोचना नहीं पड़ेगा। (पत्र सँख्या 3पृष्ठ 97)

8

निरन्तर जप : जहाँ तक कर सको अपने इष्टमन्त्र का निरन्तर जप करते रहने का अभ्यास डालो। गिनती रखने की जरूरत नहीं। (पत्र सँख्या 6, पृष्ठ 100)

9

मन की शान्ति का उपाय : तुम्हारे हृदय के अभ्यन्तर में ही तम्हारे इष्टदेवता का निवास है जो हर घड़ी तुम्हें चलाते रहते हैं। उनकी उपस्थिति को ध्यान में रखते हुए अगर तुम हर घड़ी, जहाँ तक कर सको, अपने इष्टमन्त्र का जप करने का अभ्यास डालोगे, तो तुम्हारा मन शान्त हो जाएगा। (पत्र संख्या ८, पृष्ठ 102)

10

खूब नाम जपो : श्रीश्रीठाकुर ही तुम्हारा जीवन बन चुके हैं, उन्हीं का नाम लेने में दिन बिताती हो, इससे अच्छा क्या हो सकता है? खूब नाम जपो, खूब नाम जपो। (पत्र सँख्या 10, पृष्ठ 104)

11

दोस्त कौन : मन में जहाँ तक कर सको हर घड़ी अपने इष्टदेवता के नाम को, यानी अपने इष्टमन्त्र को जपते रहने का अभ्यास बनाओ। तुम्हें किन्हीं और दोस्तों की आवश्यकता नहीं है, श्रीश्रीठाकुर को, श्रीश्रीमाँ को, स्वामीजी महाराज को और फिर चाहो तो मुझे अपने दोस्त बनालो। (पत्र संख्या 11, पृष्ठ 105)

12

नाम जप द्वारा प्रभु की सेवा : मन लगाकर मन ही मन प्रभु का नाम लेते रहो। इसी से प्रभु की सेवा होगी और प्रभु की सेवा से जगत् की भी सेवा होती रहेगी।

ऊँ प्रीयतां पुण्डरीकाक्षः सर्वयज्ञेश्वरो हरीः।
तस्मिन् तुष्टे जगत्तुष्टं प्रीणिते प्रीणितं जगत्।।
(पत्र सँख्या 12, पृष्ठ 106)

13

पुस्तकों का चुनाव : विचारों की शुद्धता केवल पुस्तकें पढ़ने से ही नहीं आती, कम से कम जैसा कि हमारे स्वामी विवेकानन्द महाराज ने लिखा है, ऐसी पुस्तकों को न पढ़ो जिसके लेखकों को अपने जीवन में भगवद् उपलब्धियाँ न मिल चुकी हों। और उन ग्रंथों को उनके अपने मूल रूप में, यानी अपनी मूल भाषा में पढ़ना है। (पत्र सँख्या 14, पृष्ठ 108)

14

ध्यान–जप–उपासना : ध्यान–जप आदि के बारे में तुम्हें तुम्हारी दीक्षा के अवसर पर दी गई पुस्तिका – उपासना पद्धति में उल्लेखित नियमों का ही पालन करो। हर रोज दीक्षा मंत्र का ही, तुम्हें बताये गए नियमों का पालन करते हुए जप आदि करो ....। याद

रखो ध्यान किया नहीं जाता। चित्त के शुद्ध हो जाने पर ही मन ध्यानपरायण होता है, फिर ध्यान अपने-आप होने लगता है। इसलिए फिलहाल जप के मंत्र के उच्चारण पर ही ध्यान दो, उसे ही मन लगाकर करते रहो चित्तशुद्धि कब होगी इसकी चिन्ता न करो, न ही 'भ्रूमध्य' आदि में मन को केन्द्रित करने की कोशिश करो। (पत्र संख्या 15, पृष्ठ 109)

15

गुरु मिलन की आस : निश्चिन्त रहो कि मुझसे मिलने की इच्छा जब तीव्र हो जाएगी तब वही तीव्र इच्छा तुम्हें मेरे पास पहुँचाएगी। तब तक श्रीश्रीठाकुर का नाम मन ही मन हर घड़ी जपते रहो। (पत्र संख्या 16, पृष्ठ 110)

16

हमारे प्रश्नों के उत्तर हमारे भीतर ही है : प्रश्नकर्ता के प्रश्नों के उत्तर प्रश्नकर्ता के मन में ही अगर नहीं हैं तो तुम्हारे बताने पर भी वह उन्हें समझेगा नहीं। (पत्र संख्या 17, पृष्ठ 111)

17

मन्त्र जप का उद्देश्य : मन्त्र का जप तुम किसी भी अवस्था में मन में ही कर सकती हो। मन्त्र जप करने

का उद्देश्य यही है कि तम्हारा मन इतना शुद्ध हो जावे कि तुम देखती रहो कि कैसे अपने आप तुम्हारा मन हर घड़ी हर काम के बीच प्रभु का नाम जप रहा है। (पत्र संख्या 18, पृष्ठ 112)

18

हर घड़ी मन मे जप करो : दीक्षा के दिन तुम्हें आसन पर बैठकर दिनभर में तीन बार जपध्यान करने के लिए जैसे बताया गया, इसके अलावा दिन भर के और अवसरों में हर घड़ी मन में ही जप करते रहने की आदत डालो। (पत्र सँख्या 18, पृष्ठ 112)

19

श्रीश्रीमाँ का नाम : श्रीश्रीमाँ का नाम सारदा देवी ही है, शारदा नहीं। सारदा का अर्थ 'सार प्रदान करने वाली है और शारदा शरत् काल में जिनकी पूजा होती है वे दुर्गा देवी हैं। (पत्र सँख्या 19, पृष्ठ 113)

20

सभी प्राणियों में ईश्वरबुद्धि : श्रीरामकृष्ण की सेवा करते रहना तुम्हारा काम है, जैसे अपने गुरु में ईश्वरबुद्धि रखते हो, उन्हें साक्षात ईश्वर मानते हो, वैसे ही जब तुम्हारी बुद्धि शुद्ध होने लगेगी तब सभी प्राणियों में तुम ईश्वरबुद्धि रखोगे। लेकिन इसके लिए

तुम्हें करना कुछ भी नहीं है, कर्ता तो वही है जो करता है। जब तक तुम कर्ता होगे तब तक कुछ नहीं कर पाओगे, कालाकाल के कर्ता जो करेंगे वही होगा। (पत्र सँख्या 20, पृष्ठ 115)

21

पठनीय पुस्तकें : तुमने क्या श्रीमत् स्वामी सारदानन्द महाराज का लिखा श्रीरामकृष्ण लीलाप्रसंग या श्रीरामकृष्ण–लीलामृत या बंगला में श्रीरामकृष्ण लीलाप्रसंग पढ़ा है? श्रीमाँ की जीवनी पढ़ी है? श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, स्वामीजी महाराज तथा उनके गुरुभाइयों की जीवनी तथा उनके उपदेश कुछ काल तक लगाातार पढ़ती रहो। (पत्र सँख्या 21, पृष्ठ 116–117)

22

अपने भाव गुप्त रखो : अपने भाव किसी और को मालूम न हो, ऐसे व्यवहार करो। बहुत शान्त होना तुम्हारा काम है। तुम पढ़ लिख कर स्वयं को संसार के योग्य बना लो, यही तुम्हारे लिए फिलहाल कर्मयोग है। (पत्र सँख्या 21, पृष्ठ 117)

23

नाम जप का सामर्थ्य : श्रीश्रीठाकुर ने तुम्हें उनका नाम जपने का अधिकारी बनाया है। वही तुम्हें उनका नाम जपने का सामर्थ्य भी देंगे। उन्हीं पर भरोसा करो। जप नहीं किया, थोड़ा किया, इस तरह की सोच में जो समय लगाते हो, उसे जप करने में लगाओ। (पत्र सँख्या 23, पृष्ठ 119)

24

शोकग्रस्त भक्त के प्रति : तुम्हारे इन शोक के दिनों में मेरा यही सन्देश है कि तुम सभी श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ से प्रार्थनाएँ करते रहो, श्रीश्रीठाकुर का नाम अनुक्षण जपते रहो। श्रीश्रीठाकुर का नाम जपते रहने के सिवाय मुझे इस संसार में हम लोगों के जीने का कोई और उपाय तो मालूम नहीं है। (पत्र सँख्या 24, पृष्ठ 120)

25

आत्मसुधार की इच्छा होना महत्वपूर्ण :मैं तुम्हारी भलाई के लिए श्रीश्रीठाकुर से निरन्तर प्रार्थनाएँ करता रहता हूँ। तुम सुधरना चाहते ही नहीं तो कैसे सुधरोगे। तुम अपना जीवन वैसे ही बिताना चाहते हो जैसे बीत रहा है। अगर तुम्हारी इच्छा में परिवर्तन नहीं आया तो मान

लो ऐसे ही जीवन बिता लोगे। (पत्र सँख्या 25, पृष्ठ 121)

26

निष्काम बनो – श्रीश्रीठाकुर के पास कोई मुकदमें में जीत के लिए या ऐसे किसी और काम के लिए पहुँचता तो वे उसे दूर से देखकर ही कहते थे, वह रहा, वह फिर आ रहा है। फिर जब वह करीब आता तो उसे कहते, यह मेरा काम नहीं। पंचवटी पर जाओ। वहाँ तुम्हारा आदमी बैठा हुआ है। स्वामीजी ने भी अपने किसी एक गुरुभाई को लिखी चिट्ठी में लिखा है –'मांगन भला न बाप से, जब रघुवर राखे टेक।' और यहाँ तुम! लड़के की नौकरी के लिए उन्हें मना रही हो! उसके कर्म का क्या होगा? तुमने माँ बनकर उसको जन्म दिया है, पाल–पोषकर बड़ा किया है, यह तो तुमने उसकी सेवा ही की है। अब उसके बारे में तुम्हें सोचने की जरूरत नहीं, तुम अपना काम करो। (पत्र सँख्या 26, पृष्ठ 122)

27

माया पर नहीं मायाधीश पर नजर डालो : तुम जानती तो हो कि श्रीश्रीठाकुर सुई के छेद से ऊँट को निकाल देते हैं, फिर भी चमत्कारों की बात करती हो। अभी आगे के दिनों में जब समझोगी कि यहाँ चमत्कार ही

चमत्कार है तो फिर कहोगी नहीं, केवल देखती रहोगी। चमत्कारी के चमत्कार पर नहीं, चमत्कारी पर नजर गढ़ाओ, माया पर नहीं मायाधीश पर नजर डालो, जादू पर नहीं जादूगर पर निगाह फेरो। श्रीश्रीठाकुर ने कहा है कि जो जादूगर की शरण लेता है उस पर जादू का असर नहीं होता। (पत्र सँख्या 27, पृष्ठ 123)

28

नाम जप का विज्ञान : ठीक है, घन्टों प्रभु का नाम जपती रही और उसके बारे में मुझे लिखा यह भी ठीक किया। ऐसा समझो कि तुम्हारे इष्टदेवता, श्रीश्रीठाकुर ही तुम्हारे हृदय में बैठकर तुमसे नाम जप करा रहे हैं, और फिर मुझे उस बात के बारे में तुमसे लिखवा भी रहे हैं। तुम प्रभु का नाम जप नहीं कर सकती, जब वे करा लें, तभी कर सकती हो। (पत्र सँख्या 30, पृष्ठ 126)

29

हमारी दुरावस्था : तुम्हें अवस्था सुधारने की चेष्टा करने की अपेक्षा अपनी अवस्था औरों को सुनाने में ही सुख मिलता है। तुम्हारे जैसे लोग अपना हित नहीं चाहते, औरों पर ही निर्भर रहकर जीवन बिताना चाहते हैं और बिताते भी रहते हैं। मैं तुम्हारे लिए हमारे श्रीभगवान

से प्रार्थना करने के सिवाय और कुछ भी नहीं कर सकता। (पत्र सँख्या 32, पृष्ठ 128)

30

प्रभु को कर्ता जान, अपने मन को बोझ मुक्त रखो : अपने मन को भटकने से रोकने कि चेष्टा करोगी, यह कैसे होगा? तुम इतनी ही चेष्टा कर सकती हो कि प्रभु का नाम लेते समय अपने मन को प्रभु नाम उच्चारण में लगाओ और हर घड़ी नाम जपने में लगाओ। लेकिन वह तो नहीं हो पाएगा। क्योंकि अपने मन पर तुमने अपने परिवार का बोझ भी लाद दिया है, तो जब तक तुम इस बात को अच्छी तरह समझ नहीं जाती कि प्रभु ही कर्ता है, तब तक बोझ बना रहेगा। तुम्हारे परिवार के लोगों की भलाई उन्हीं प्रभु पर निर्भर है, जब इस बात की दृढ़ धारणा तुम्हें हो जायेगी तभी तुम्हारा मन तुम्हारी चेष्टा के बगैर ही प्रभु का नाम हर घड़ी लेता रहेगा। (पत्र सँख्या 34, पृष्ठ 131)

31

हमारी निष्ठा व सत्संग का प्रभाव : तुम्हारे बच्चों का, पति का भविष्य उनकी बुद्धि पर निर्भर है, जब तक उनकी बुद्धि में संसार सवार है तब तक उन्हें सांसारिक सुख–दुःख से गुजरना पड़ेगा, लेकिन फिर भी तुम्हारी

उपस्थिति के कारण उन्हें अपनी अपनी अवस्थाओं से परिचय होने लगेगा, तुमसे श्रीश्रीठाकुर श्रीश्रीमाँ के जीवन के बारे में सुनकर, तुम्हारे जीवन में उनके उपदेशों का प्रतिपालन देखकर उन्हें आध्यात्मिक जीवन बिताने के लिए उत्साह मिलने लगेगा। निश्चिन्त रहो। (पत्र सँख्या 34, पृष्ठ 131)

32

तुम्हारे पुराने कर्म के अनुसार तुम्हें यह जीवन मिला है और फिर श्रीश्रीठाकुर का नाम जपने का भी अधिकार मिला है। अभी प्रभु का नाम ही निरन्तर जपते रहो, चलते–फिरते, हर काम करते हुए प्रभु का नाम मन में जपने का अभ्यास करो। (पत्र सँख्या 35, पृष्ठ 132)

33

तीर्थयात्रा के समय जैसे तुम्हें प्रतीत हुआ कि सभी कुछ किसी के द्वारा पूर्व–योजनाबद्ध किया गया था, **अपने जीवन की हरेक बात पर ऐसा ही समझो।** (पत्र सँख्या 38, पृष्ठ 135)

34

श्रीश्रीमाँ का चित्र : कहीं भी जाती हो तो श्रीश्रीमाँ का एक छोटासा चित्र अपने साथ रखा करो। (पत्र सँख्या 40, पृष्ठ 137)

35

आत्म शुद्धि : श्रीश्रीठाकुर के जीवन का अध्ययन करो और फिर अपनी ओर नजर डालो। यही प्रक्रिया तुम्हें शुद्ध करेगी। (पत्र सँख्या 44, पृष्ठ 141)

36

नाम जप में ही कल्याण : श्रीश्रीठाकुर ने तुम्हें अपना नाम जपने का अधिकारी बनाया है। दिन–रात जहाँ तक हो सके उनका नाम लेती रहो और उसी में अपना कल्याण समझो। (पत्र सँख्या 45, पृष्ठ 142)

37

मन शुद्धि की प्रक्रिया : श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ की जीवनियों को पढ़ते रहो और फिर अपने दैनन्दिन आचरणों पर नजर डालो, यही प्रक्रिया तुम्हारे मन को शुद्ध करती जाएगी। (पत्र सँख्या 46, पृष्ठ 143)

38

किसी से कभी कुछ भी न माँगो: जब किन्हीं स्वामीजी को प्रणाम करो तो उनसे माँगना कुछ भी नहीं है। किसी से कभी कुछ भी न माँगो। श्रीश्रीठाकुर ने तुम्हें अपने नाम जपने का अधिकारी बनाया है, उन्हें तथा श्रीश्रीमाँ को मालूम है तुम्हे कब क्या चाहिए। उनसे भी प्रार्थना करने की आवश्यकता नहीं है। छोटा बच्चा

अपनी माँ से क्या कुछ माँगता रहता है? (पत्र सँख्या 47, पृष्ठ 144)

39

हमारे आध्यात्मिक अनुभव या स्वप्न के सम्बन्ध में दिशानिर्देश : अपने आध्यात्मिक अनुभवों को या स्वप्न आदि के बारे में किसी भी दूसरे व्य**क्ति** से चर्चा न करो। ऐसा करने से प्रशंसा मिलने पर मन फूल जाता है, अहंकृत हो जाता है और तिरस्कार मिलने पर मन को दुःख पहुँचता है। तुम्हारी अवस्थाओं को तुम्हारे गुरु तथा तुम्हारे इष्ट को छोड़कर कोई भी समझ नहीं सकता। (पत्र सँख्या 48, पृष्ठ 145)

40

मन्त्र का अर्थ : अपनी माँ को जब कोई बच्चा 'माँ','माँ' कहकर पुकारता है तो क्या उसे माँ शब्द का अर्थ मालूम होता है, या जानने की इच्छा होती है? वह तो केवल अपनी माँ को ही चाहता है। वैसे ही तुम्हें अपने मन्त्र का अर्थ जानने की आवश्यकता नहीं है। इतना तो तुम समझते ही होंगे कि तुम्हारे मन्त्र जप का उद्देश्य इष्टदेव का दर्शन करना है। जप करते रहो। (पत्र सँख्या 49, पृष्ठ 146)

41

इष्टदर्शन : मन्त्र जप का उद्देश्य इष्टदेव का दर्शन करना है। जप करते रहो। पहले तो जप करने में मन ही एकाग्र नहीं हो पाएगा। फिर कुछ वर्षों में कुछ कुछ एकाग्र होगा। फिर इष्टदर्शन के लिए व्याकुलता होगी और जप करने ही में आनंद होगा, फिर तुम निरन्तर जप करते रहने में आनंदित होओगे, तुम्हारा मन भी शुद्ध, निर्मल हो जाएगा और इष्टदर्शन के योग्य बनेगा। (पत्र संख्या 49, पृष्ठ 146)

42

अपने विचारों पर कड़ाई से नजर रखो : जब जप ध्यान करने के लिए बैठने पर तुम्हारे मन में तरह तरह के विचार आते हैं तो तुम उन्हें रोक नहीं सकते। तुम्हारा काम है नियमित समय पर जप ध्यान के लिए विधियों का पालन करते हुए जप ध्यान करते रहना। जैसे नींद अगर चार घन्टे तक न भी आये तो भी बिस्तर पर पड़े रहना तुम्हारा काम है। ध्यानादि के समय जो विचार आते हों उन्हें रोको नहीं – उन्हें आने दो। नियमित रूप से बैठकर जप ध्यान करने का मतलब इन विचारों से तुम्हारा परिचय होना है। .... इसी तरह तुम अपने विचारों पर कड़ाई से निगरानी करोगे तो वे भी भाग जाएँगे। कभी कभी वे आक्रमण करने आ सकते हैं, तुम पर, लेकिन अगर तुम सचेत

होगे, सजग होगे तो वे भाग ही जाएँगे। .... इसलिए विचारों को आने दो, केवल उन पर नजर रखो। (पत्र संख्या 50, पृष्ठ 147-148)

43

'शोक' मन को शुद्ध करता है : शोक मनुष्य को ईश्वर के करीब लाता है। या इसे इस प्रकार समझो की शोक कि पराकाष्ठा अशोक है, आनन्द है। श्रीश्रीठाकुर के, श्रीश्रीमाँ के, श्रीश्रीस्वामीजी महाराज तथा उनके गुरुभाइयों के जीवनचरित पढ़ो तथा उनके जीवन में दुःख की मात्रा को देखो। श्रीश्रीमाँ ने सहने के लिए भी कहा है, कि वर्णमाला में तीन सकार है यानी तीनों बारम्बार जैसे कह रहे हैं, सहती रहो, सहती रहो, सहती रहो। हमारे शास्त्र कहते है सहनं सर्वदुःखानाम, सारे दुःखों को सहन करना, झेलती रहना और उनके निराकरण करने की चेष्टा न करना, इसे 'तितीक्षा' कहते हैं। जिसका मतलब 'तेजस्विनी होने की इच्छा' है। शारीरिक व्यायाम जिस प्रकार शारीरिक तेज प्रदान करता हैं, 'शोक' मन को शुद्ध करता है। (पत्र संख्या 52, पृष्ठ 151)

44

श्रीश्रीठाकुर का वरदान : जिसे तुम अपने आप को 'दो पाटो के बीच टूटते तथा पीसते हुए पाया' कहते हो मैं

तो उसे ही श्रीश्रीठाकुर का तम्हें दिया गया वरदान समझता हूँ कि संसार की असारता का तुम्हारा ज्ञान पक्का होता जा रहा है। लेकिन अभी काफी दूरी तय करना बाकी है ...। (पत्र संख्या 54, पृष्ठ 153. 154)

45

विधिपूर्वक जपध्यान एवं मानसिक जप : अब हर काम करते हुए मन में जहाँ तक कर सको दिनरात प्रभु का नाम तुम दोनों लेते रहो। गिनतियाँ केवल तभी रखो जब आसन पर बैठकर विधिपूर्वक जपध्यान आदि करते हो। मानसिक जप में गणना की आवश्यकता नहीं है। याद रखो, संसार के सम्बन्ध में बिलकुल न सोचो, प्रभु के बारे में सोचो। रामकृष्ण मठ से प्रकाशित पुस्तकों का अध्ययन करो। (पत्र संख्या 54, पृष्ठ 154)

46

चराचरव्याप्त इष्टदेवता : प्रभु से प्रार्थनाएँ करो कि तुम आजीवन शुद्ध रह कर चराचर व्याप्त अपने इष्टदेवता की आराधना करो, बड़ों के कहने के अनुसार चल कर जीवन बिता सको। (पत्र संख्या 56, पृष्ठ 156)

47

स्वामी विवेकानन्द की विचाराधारा की रोशनी : रोशनी की तरह स्वामीजी की विचाराधारा से उत्प्रेरित लड़के–लड़कियों की आवश्यकता है। (पत्र संख्या 57, पृष्ठ 158)

48

अपने शुद्ध मन को पहचानो : 'प्रभु नाम' हर घड़ी मन में हर काम करती हुई करो। मन में और किसी भी बात को स्थान न दो। इस प्रकार से अपने शुद्ध मन को पहचानो, तुम्हारा मन ही शुद्धचैतन्य है, जो कि श्रीश्रीठाकुर का, श्रीश्रीमाँ का स्वरूप, उसी शुद्धचैतन्य स्वरूप को तुम कह रही हो कमियाँ है, बुद्धिहीन है आदि। (पत्र सँख्या 58, पृष्ठ 159)

49

आत्महत्या जीवन की समस्याओं का समाधान नहीं है : तुमने जीवन त्यागने की बात लिखी है लेकिन यह काम इतना आसान नहीं है, तुम्हारा कर्म तुम्हें बारम्बार उसी परिस्थिति में लाएगा जिस में तुम आज हो, जब तक तुम तुम्हारी परिस्थिति का सामना करने के लिए तैयार होते हो, तब तक तुम्हें बारम्बार जन्म लेते ही रहने पड़ेंगे। आत्महत्या से तुम सोच सकते हो कि तुम्हें छुट्टी मिलेगी लेकिन होगा यही कि तुम्हारे कष्टों

में आत्महत्या करने के बाद का जो जीवन है, उस जीवन के कष्ट भी जुड़ जावेंगे। इसलिए आत्महत्या कभी भी, किसी के लिए भी जीवन की समस्याओं का समाधान नहीं है। (पत्र संख्या 59,पृष्ठ 160-161)

50

जीवन की समस्याएँ दुःस्वप्न-सी : जीवन की समस्याएँ तो दुःस्वप्न-सी होती हैं, उनसे तो मुक्ति तब होती है जब किसी को संसार की असारता का पक्का ज्ञान होता है और उसका मन संसार से कुछ भी नहीं चाहता है। (पत्र संख्या 59,पृष्ठ 161)

51

पठनीय पुस्तकें :स्वामी ब्रह्मानन्द जी का जीवनचरित, . .. 'धर्मप्रसंग में स्वामी ब्रह्मानन्द' पढ़ी न हो तो पढ़ लेना। 'स्वामी तुरियानन्द महाराज के पत्र', 'स्वामी अद्‌भुतानन्द' आदि कुछ और जरूरी पुस्तकें हैं, पढ़ लेना। (पत्र सँख्या 61, पृष्ठ 163)

52

ढाई अक्षर प्रेम का पढ़े सो पण्डित होय : तुमने अल्पशिक्षा की दुहाई कैसी दी है? तुम्हें नहीं मालूम स्वयं श्रीश्रीठाकुर ने अपने आप को मूर्खोत्तम कहा था? ढाई अक्षर प्रेम का पढ़े सो पण्डित होय, तुमने तो पढ़ा

होगा। शिक्षा की बात छोड़ो। प्रभु का नाम लेते–लेते ही जीवन बिताने का संकल्प करो, फिर प्रेम उपजेगा तुम्हारे हृदय में प्रभु के लिए और फिर तुम्हें धारणा होगी कि प्रभु ने क्यों अपने आप को मूर्खोत्तम कहा था। (पत्र सँख्या 63, पृष्ठ 165)

53

हृदयासीन ठाकुर से दिशा–निर्देश : तुम्हें तुम्हारे आध्यात्मिक जीवन के सम्बन्ध में तुम्हारे अपने हृदय में बैठे श्रीश्रीठाकुर से ही दिशा–निर्देश मिलते रहेंगे, निश्चिन्त रहो। (पत्र सँख्या 66, पृष्ठ 168)

54

गुरु का अभय वचन : मैं हमारे प्रभु श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ से तुम्हारी सांसारिक इच्छाओं की पूर्ति के लिए तथा उनके प्रति तुम्हारी भक्ति में उत्तरोत्तर वृद्धि के लिए हर रोज हर घड़ी प्रार्थनाएँ कर रहा हूँ। तुम निश्चिन्त हो कर जो चाहो करो।(पत्र संख्या 67,पृष्ठ 169)

55

समस्याओं को अपनी प्रतीतियाँ समझो : तुमने श्रीश्रीठाकुर का नाम जपना अभी प्रारम्भ ही किया है, इसलिए समस्याओं को समस्याएँ न समझो, वे तो

तुम्हारी प्रतीतियाँ हैं। श्रीश्रीठाकुर ने अपना नाम जपने के लिए योग्य समझा है यही सबसे बड़ी बात है। अपनी साधना वगैरह के सम्बन्ध में गुरु के सिवाय औरों से चर्चा न करो। (पत्र सँख्या 69, पृष्ठ 171)

56

अपने जीवन के साथ होने वाली ठाकुर की लीला को देखो : श्रीश्रीठाकुर ने तुम्हें उनके पावन नाम को जपने की अधिकारिणी बनाया है, बताओ तो सही, इसके लिए तुमने अपनी तरफ से क्या किया है? वैसे ही निश्चिन्त होकर अपने जीवन के साथ श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ की लीला को देखती रहो, जैसे माँ जब अपने बच्चे को खिलाती–पिलाती, नहलाती, सुलाती है तो बच्चा अपनी माँ के मुखड़े को ही देखता रहता है, मुस्कराता रहता है। उन्हीं पर सब न्यौछावर करो। श्रीश्रीठाकुर से प्रार्थनाएँ करते रहो। (पत्र सँख्या 71, पृष्ठ 173)

57

संकल्पों को क्रियान्वित करों : जो लोग किसी पहाड़ी नदी के ठण्डे पानी में नहाना चाहते हैं, वे अगर सोचने लगे कि पानी ठण्डा है, कैसे नहायें आदि, वे नहा नहीं पाते। जो लोग सचमुच नहाना चाहते हैं वे नदी के तट पर पहुँचते ही नदी में उतर पड़ते हैं और डुबकियाँ लगाते रहते हैं, फिर उन्हें ठण्ड का अनुभव नहीं होता।

ऐसे ही अपने संकल्पों के बारे में समझो। जब संकल्प कर लो तो फिर शंका, संशय, सन्देह के फेरे में न पड़ो। संकल्प के अनुसार काम करो। (पत्र सँख्या 72, पृष्ठ 174)

58

पठनीय पुस्तकें : स्वामी विवेकानन्द महाराज की पुस्तकें मूल अंग्रेजी में पढ़ो; श्रीश्रीठाकुर का वचनामृत पढ़ो, श्रीश्रीमाँ के उपदेश पढ़ो। वरिष्ठ अनुभवी साधुओं से मिलो, उनसे उपदेश ग्रहण करो। (पत्र संख्या 72,पृष्ठ 174)

59

हमारा मन चंचल नहीं सच्चिदानन्द–स्वरूप है : क्या तुम अपने मन से परिचित हो? अगर नहीं तो तुम कैसे कह सकते हो कि तुम्हारा मन चंचल है? तुम्हारा मन तो उसके अपने स्वभाव से ही स्वच्छ है, साफ है, निर्मल है, शुद्ध है, सच्चिदानन्द–स्वरूप है। यह तो तुम्हारी सोच ही है कि तुम सोचते हो कि तुम्हारा मन चंचल है। आज ही उस सोच को बदल डालो और फिर देखो कि श्रीश्रीठाकुर क्या तुम्हारे मन का तुम्हारे इष्टमन्त्र को जपते रहने के लिए योग्य समझते, अगर उन्हें मालूम होता कि तुम्हारा मन चंचल है? ऐसा न सोचो। श्रीश्रीठाकुर के बारे मे सोचो, वही तुम्हें तुम्हारे

मन के शुद्ध रूप से तुम्हें परिचित कराएगें। (पत्र सँख्या 73, पृष्ठ 175)

60

हर घड़ी श्रीश्रीठाकुर स्मरण की महिमा : तुम क्या साधना करोगे? श्रीश्रीठाकुर की जीवनी 'श्रीरामकृष्ण–लीलामृत' पढ़कर देखो श्रीश्रीठाकुर ने किस प्राकर साधना की। हर घड़ी श्रीश्रीठाकुर का स्मरण करो, इसी से तुम्हें उनकी साधनाओं का फल मिलेगा। (पत्र सँख्या 75, पृष्ठ 177)

61

श्रीश्रीठाकुर ने अपने काम के लिए तुम्हारा चयन किया है : मैं समझता हूँ कि इतने दिनों में तुम समझ गई हो कि यह कहना निरी कल्पना ही नहीं है कि श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ ने तुम्हारा अपने काम के लिए चयन किया है और तुम्हें हर घड़ी तुम्हारा हाथ पकड़ कर एक–एक दिन गुजारने में तुम्हारी सहायता करते रहते हैं। तुम्हें किसी बात को लेकर चिन्तित होने की जरूरत नहीं है, पूरा भरोसा श्रीश्रीठाकुर और श्रीश्रीमाँ पर ही रखो। (पत्र सँख्या 77, पृष्ठ 179)

62

ध्यान एवं षड्रिपु : ध्यान करने की, षड्रिपुओं की बात छोड़ो। तुम्हें श्रीश्रीठाकुर का नाम लेने का अधिकार प्राप्त हुआ है, इसी में खुशियाँ मनाती रहो। एकाग्र मन से जहाँ तक हो सके जप करती रहो। हर घड़ी जप करती रहो तुम्हारे मन को जप करते रहने का अभ्यास हो जायेगा और फिर षड्रिपुओं की चिन्ता से मुक्त होकर तुम्हारा मन निर्मल हो जायेगा फिर जैसे बिना प्रयास के तुम्हारा मन जप करेगा, उसी तरह वह क्रमशः स्थिर, एकाग्र होते होते ध्यानस्थ भी होता रहेगा। जल्दी का काम नहीं है, धीरज धरो। निश्चिन्त रहो कि श्रीश्रीठाकुर की इच्छा से ही तुम्हारी दीक्षा हुई है, वैसे ही उन्हीं की इच्छा से तुम्हारा मन निर्मल होगा। फिर तुम ध्यानस्थ भी होने लगोगी। (पत्र सँख्या 78, पृष्ठ 180)

63

अनिर्वचनीय वस्तु : तुम्हें किसने कहा कि अध्यात्म में सब शून्य है अगर सब शून्य है तो श्रीश्रीठाकुर का क्या करोगी? शून्य कहो या पूर्ण कहो, दोनों मानवबुद्धि की कल्पना है वस्तु जो है वह अनिवर्चनीय ही है, जैसे श्रीश्रीठाकुर ने कहा है और अपने अनुभव से कहा है। (पत्र संख्या 78, पृष्ठ 180)

64

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन : संगीत सीख रही हो तो सीखती रहो, उसमें गलतियाँ होती है तो छोड़ देने की बात क्यों करती हो? यही तुम्हारी कमजोरी है कि तुम बहुत जल्दी सफलता चाहती हो। तुम जानती तो हो कि कर्म ही में तुम्हारा अधिकार है, तुम कर्म ही कर सकती हो विधिपूर्वक उनके अनुष्ठान कर सकती हो, लेकिन उस कर्म के फल में तुम्हारा कभी भी अधिकार नहीं है, और ये बातें तुम श्रीमद्भगवद्गीता में पढ़ चुकी होगी, 'कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।' (पत्र संख्या 80, पृष्ठ 182)

65

साधु जीवन औरों के लिए है : साधुओं की पहचान यही है कि वे सोचते नहीं कि जीवन के पथ पर चलते हुए कहाँ पहुँचे, न ही ये सोचते हैं कि कहाँ से कहाँ जाना है। उनका जीवन औरों के लिए है, उनका अपना कोई उद्देश्य नहीं, गन्तव्य स्थल नहीं। यही उनका गन्तव्य-स्थल है कि जब वे जिस घड़ी में उपस्थित हो वही, उसी घड़ी में औरों की सेवा करते रहें। (पत्र संख्या 82, पृष्ठ 184)

66

सत्यपरायण, सच्चे लोगों को जीवन में कष्ट उठाना पड़ता है : तुम्हें हमारे श्रीश्रीठाकुर का नाम जपने का अधिकार प्राप्त हुआ है, इसी में अपनी भलाई, अपना कल्याण समझो। .... संसार में सीधे–साधे, सच्चे, सत्यपरायण लोगों को ही ठगा जाता है, उन्हें जीवन में कष्ट उटाना पड़ता है। और वे कष्ट उठाते भी हैं क्योंकि ऐसे लोग संसार से कुछ भी नहीं चाहते हैं। वे तो केवल श्रीभगवान को चाहते हैं। तुमने पढ़ा भी होगा, सुख दुःख या संसार में सब काहू को होय। ज्ञानी काटे ज्ञान से, मूरख काटे रोय। (पत्र संख्या 83, पृष्ठ 185)

67

संसार से सुख की आशा – हमारा भ्रम : यही तो तुम्हारा भ्रम है कि संसार के लोग सभी तुम्हारी रूचि के अनुसार होंगे और इस भ्रम का कारण यही है कि तुम्हें अभी इस संसार से सुख मिलने की आशा है। जरा श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ और स्वामीजी महाराज के जीवन को लेकर सोचो तो और मुझे बताओ कि संसार से सुख की कितनी आशा वे करते थे, या कितना सुख उन्हें मिला? (पत्र सँख्या 85, पृष्ठ 187)

68

कौन तुम्हें समझेगा ? : इतना समझ लो कि इस संसार में तुम्हें समझने के योग्य एक भी व्यक्ति नहीं है। वह केवल तुम्हारे हृदयाभ्यन्तर में विराजमान श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ ही हैं जो तुम्हें समझते हैं। इसलिए संसार से सुख की आशा न करो, ऐसी आशा न करो कि कोई तुम्हें समझेगा और उस समझ से तुम्हारे प्रति व्यवहार करेगा। ऐसा साधुचरित्र व्यक्तियों के जीवन में न कभी हुआ है, न कभी होगा। तुम त्याग का जीवन बिताना चाहती हो तो लोगों के दुर्व्यवहार से, अपमान से तुम्हें निर्विकार रहना पड़ेगा। श्रीमाँ कहती थी, वर्णमाला में तीन “स” है, इसका प्रयोजन है सहती रहो, सहती रहो, सहती रहो। मतलब यह हुआ कि किसी से कुछ भी आशा न करो लेकिन सामर्थ्यानुसार सभी की सेवा करती रहो। फिर तुम उत्तेजित न होगी। (पत्र सँख्या 85, पृष्ठ 187)

69

श्रीश्रीठाकुरप्रदत्त नाम जपने के अपने अधिकार का प्रयोग करो : श्रीश्रीठाकुर ने तुम्हें अपना नाम जपने का अधिकारी बनाया है यही सबसे खुशी की बात है। अब अपने उस अधिकार का प्रयोग करो, हर घड़ी, प्रभु का नाम जप करो और हर काम उनसे कह कर करने की चेष्टा करो। (पत्र सँख्या 87, पृष्ठ 190)

70

ठाकुर दर्शन की उच्चत्तर इच्छा हमें जीवन के कष्टों का बोध नहीं होने दती : तुमने श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, स्वामीजी महाराज तथा उनके गुरुभाइयों की जीवनी पढ़ी नहीं? उन्हें क्या लोगों ने कहीं कम कष्ट पहुँचाया? श्रीरामचन्द्र, सीताजी, कौशल्या, उर्मिला के जीवन में, पाण्ड़वों, द्रौपदी, कुन्ती के जीवन में क्या कम कष्ट था? लेकिन कष्ट का बोध उन्हें नहीं था। माँ बच्चे को पेट में धारण करती है, उसे कष्ट भी होता है, लेकिन उसे कष्ट का बोध नहीं होता। बच्चे का मुख देखने की उसकी इच्छा ही उसे उन तमाम कष्टों को सहने की शक्ति देती है। इसी प्रकार तुम्हें भी श्रीश्रीठाकुर के दर्शन करने की इच्छा है और वही इच्छा तुम्हें इन कष्टकर परिस्थितियों में से होकर दिन गुजारने की शक्ति जुटा दे रही है। (पत्र सँख्या 89, पृष्ठ 192)

71

पठनीय पुस्तकें : तुम लोगों ने वचनामृत का वाचन शरू किया है, ठीक है, लेकिन तुम लोग स्वामी विवेकानन्द महाराज की कर्मयोग, भक्तियोग, राजयोग, ज्ञानयोग, प्राच्य व पाश्चात्य, वर्तमान भारत, परिव्राजक, स्वामी–शिष्य–संवाद, उनके अमेरिका तथा भारत में दिए

गए व्याख्यानों का संग्रह तथा उनकी चिट्ठियों को पढ़ो। इसके अलावा स्वामी ब्रह्मानन्दजी महाराज, स्वामी तुरियानन्दजी महाराज, स्वामी शिवानन्दजी महाराज, स्वामी अद्भुतानन्दजी महाराज की पुस्तकें भी पढ़ो। फिर श्रीमद्भगवद्गीता का अध्ययन करो। इस प्रकार चलो। (पत्र संख्या 91, पृष्ठ 194)

72

ग्रुप में पुस्तकें पढ़ने का सही तरीका : हर रोज जब वाचन खत्म होता हो, पुस्तक में पढ़े हुए विषय को लेकर आपस में विचार विनिमय के लिए कुछ समय रख छोड़ो। पूजा–आरती में समय अधिक न लगाकर इस कार्य में अधिक समय लगाओ। ख्याल रखो इन अवसरों पर राजनीति की चर्चा या किसी की निन्दा न होने दो। (पत्र संख्या 91,पृष्ठ 194)

73

आप हर घड़ी इष्टदेवता की नजर में हैं : इस बात का ध्यान रखो तुम्हारे हृदय के मध्य तुम्हारे इष्टदेवता बैठकर दिन–रात, की हर घड़ी, तुम्हारे हरेक हरकत पर नजर रखे हुए हैं और ऐसा समझो उनकी सहमति के अलावा तुम कुछ भी नहीं कर सकती। कहीं गाड़ी से जाना चाहती हो तब अगर प्रभु की सम्मति न हो तो, देखोगी रवाना होने के पहले गाड़ी खराब हो जाती है।

इसलिए कभी भी मौका मिले, श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के तस्वीरों पर नजर पड़े, या मन में कोई उल्टी सीधी बात सता रही हो, तब मन में प्रभु का नाम जपना शुरू कर दो। जब भी प्रभु का स्मरण हो नामजप करो, इष्टमन्त्र का मन में जप करो, गिनतियाँ रखने की जरूरत नहीं। (पत्र सँख्या 92, पृष्ठ 195)

74

परिवार की सेवा करते हुए इष्टमन्त्र जपने में मन लगाना है : तुम अपने पति तथा बच्चों के बारे में क्यों सोचने लगी हो? तुम्हें तो श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ का ध्यान लगाााना है, अपना इष्टमन्त्र जपने में मन लगाना है। तुम्हें अपनी पति की, बच्चों की सेवा करनी है, यह तुम्हारा कर्त्तव्य कर्म है, उन्हें करती रहो। उन्हें करते रहना ही तुम्हारा कर्त्तव्य है। उनके बारे में सोचना नहीं। (पत्र सँख्या 93, पृष्ठ 196)

75

हमारे पूर्व संस्कार हमें परिचालित करते हैं : तुम्हारे पति, तुम्हारे बच्चे संसार में जन्मे है कुछ पुराने संस्कार लेकर, वही संस्कार उनकी बुद्धि के रूप में उन्हें चलायेंगे फिर बुद्धि में निखार आयेगा नए नए अनुभवों के जरिये फिर नए संस्कार बनेंगे, नए जन्म मिलेंगे, ऐसा क्रम चलता रहेगा। तुम क्या करोगी? अध्यात्म

जीवन तो सभी के लिए है। (पत्र सँख्या 93, पृष्ठ 196)

76

प्रभु पर निर्भर हो, प्रभु पर ही निर्भर रहो : अध्यात्म जीवन तो सभी के लिए है। इसलिए अपना कर्त्तव्य करती रहो और प्रभु का नाम लेती रहो। किसी की बातों को लेकर परेशान न हो। जो कुछ चाहे, जो कुछ कहे, जो कुछ करे, चाहने दो, कहने दो, करने दो। परेशान न हो। उन सब की अनसुनी, अनदेखी करो। केवल प्रभु का नाम जपने में मन लगाओ, उन्हीं पर निर्भर हो, उन्हीं पर निर्भर रहो। (पत्र सँख्या 93, पृष्ठ 196)

77

श्रीभगवान तुम्हारी रक्षा तथा संचालन करते रहे हैं : श्रीभगवान ने जैसे युद्ध के प्रारम्भ होने से पहले ही अर्जुन को गीता के उपदेश दिए थे और फिर उसके सारथी के रूप में उसकी रक्षा, उसका संचालन करते हुए उसे विजयी बनाया था, वैसे ही अपने बारे में समझो। अपने मातृगर्भ में रहकर ही तुम्हें श्रीश्रीभगवान के अमृतोपम उपदेश मिले थे और तुम्हारे जन्म के साथ ही साथ श्रीभगवान तुम्हारे रथ की डोर संभाल कर तुम्हारी रक्षा तथा तुम्हारा संचालन करते रहे हैं।

यहाँ रथ का अर्थ 'इच्छा' भी होता है, ऐसा समझो श्रीभगवान ने तुम्हारी दीक्षा लेने की इच्छा को समझा था जिसके फलस्वरूप तुम्हें स्वामी गहनानन्द मिल गए। अब केवल इस बात का अनुभव करते रहो कि प्रभु तुम्हारे मनोरथो का संचालन करते हुए तुम्हारी रक्षा करते रहे हैं। संसार में अगर समस्याएँ न हो तो लोग श्रीश्रीभगवान की तरफ मुड़कर देखेंगे ही नहीं। "सुख–दुःख या संसार में सब काहू को होय। ज्ञानी काटे ज्ञान से, मूरख काटे रोय।।" (पत्र सँख्या 94, पृष्ठ 198)

78

दीक्षित भक्तों का दायित्व श्रीश्रीठाकुर पर है : तुम्हारी बेटी ने सही कहा है, तुम चिंता मत करो। तुमसे जहाँ तक हो सके उसकी सेवा करो फिर उसे परिणीत होने की छुट्टी दो। उसकी दीक्षा हो चुकी है, उसका दायित्व श्रीश्रीठाकुर पर है, जो उसके हृदय में बैठकर उसे 'ऐसा कर, ऐसा न कर' कहते हुए उसे चलाते रहते हैं! मैं जानता हूँ।(पत्र सँख्या 95, पृष्ठ 199)

79

पराए घर से अपने घर आना : नदी में जो उतर चुका होता है उसके लिए तैराकी के पाठ की आवश्यकता नहीं होती। तुमने अधिकृत रूप से अपने आप को

श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ के हवाले कर दिया है, तुम उन्हीं की हो गई हो। अब केवल इस बात का बोध होना शायद कुछ बाकी है। विवाह के पश्चात लड़कियाँ पराए घर जा कर उसे कितनी जल्दी अपना घर बना लेती हैं, और यहाँ तुम तो पराए घर से अपने घर आ गई हो। (पत्र सँख्या 96, पृष्ठ 200)

80

एक ही इष्टदेवता का आश्रय लो : आध्यात्मिक जीवन के साथ खिलवाड़ न करो। अपना भला चाहती हो तो केवल एक ही इष्टदेवता का आश्रय लो। जैसे पति एक ही होता है, माता एक ही होती है, पिता एक ही होते हैं, तुम भी एक ही हो, इसी प्रकार तुम्हारे इष्टदेवता भी एक ही है। (पत्र सँख्या 97, पृष्ठ 202)

81

मनोविज्ञान : उपासना-पद्धति में बताये गए नियमों का पालन करती हुई ध्यान-जप की प्रक्रिया तो चलाती ही रहती हो, इसके अलावा दूसरे अवसरों पर भी मन ही मन लगातार हर घड़ी अपने इष्ट मन्त्र के जप करते रहने का अभ्यास बनाओ। साथ ही साथ देखती रहो किस तरह तुम्हारा (मन) जप करना छोड़कर दूसरी बातें सोचने लगता है, लेकिन उसे रोको नहीं, उसे वह जो कुछ सोचता है, सोचने दो, केवल तुम उसे देखती रहो

कि वह क्या सोच रहा है फिर देखो वह किस प्रकार जप करने में लग जाता है, फिर भटक जाता है, फिर जप करने लगता है। इस प्रकार तुम अपने मन के स्वभाव से परिचित होती रहोगी, अपने मन की अच्छाइयों तथा बुराइयों से परिचित हो जाओगी फिर समझ जाओगी इस जीवन में तुम्हारी कौन–कौन सी कामनाएँ, वासनाएँ, इच्छाएँ, महत्त्वकांक्षाएँ हैं, जिन्हें तुम पूरी करना चाहती हो। फिर देखोगी कि किन–किन चीजों से, लोगों से, वस्तुओं से, बातों से तुम्हें नफरत है, किस बात पर तुम खफा हो जाती हो, किस पर खुश हो जाती हो, किस बात पर तुम्हें दुर्बलताएँ हैं, कौन सी बातें हैं, दुर्बलताएँ है जिनका लोग शोषण कर सकते हैं, दुरूपयोग कर सकते हैं, तुम्हारी दुर्बलताओं को समझ कर तुमसे गलत काम भी करा सकते हैं, इन सारी बातों से तुम परिचित होती रहोगी। .... मैं तुम्हारे लिए निरन्तर प्रभु को मनाता रहता हूँ। (पत्र सँख्या 98, पृष्ठ 204)

82

शुद्ध मन हमारी सहायता करता है : पढ़ाई खूब मन लगाकर करो, प्रभु के नाम का जप भी मन लगाकर करती रहो। इसके अलावा जब भी प्रभु की याद आए, उनकी तस्वीर की तरफ या श्रीश्रीमाँ की छबि की तरफ देखो, मन में जप करना शरू करो। गिनतियाँ रखने

की आवश्यकता नहीं हैं। जहाँ तक हो सके, जब भी मन में इधर–उधर की बातें आती हों, तभी मन में जप करती रहो। इस प्रकार तुम्हारा मन शुद्ध होगा, फिर वह तुम्हारी सहायता भी करेगा। (पत्र सँख्या 99, पृष्ठ 205)

83

प्रभु ही हमारे एकमात्र भरोसा है : तुम्हारा मन भला क्षुब्ध क्यों होने लगा? तुम समझती क्यों नहीं कि तुम्हारे श्रीश्रीठाकुर ने तुम्हारे मन पर पूरी तरह अधिकार कर लिया है, और तुम्हें एक यन्त्र मात्र बनाकर तुम्हारा कार्यक्रम चला रहे हैं। यन्त्र का काम तो गुलाम की तरह हुआ करता है। उसका मन कहाँ है कि काम का उसके मन के साथ सम्बन्ध हो? यन्त्र की भाँति ही तो तुम्हें सब काम करना है जैसा कर रही हो, क्षोभ किस बात का? प्रभु ही तो तुम्हारा एकमात्र भरोसा है. ...उन्हीं पर भरोसा रखो। (पत्र सँख्या 100, पृष्ठ 206)

84

प्रभु ही हमारे जीवन का अवलम्बन हो : हमारे प्रभु के साथ, जननी सारदादेवी के साथ सम्पर्क बनाए रखो, उनसे सारी बातें हर घड़ी कहते रहो, हर घड़ी उन्हीं को

अपने जीवन का अवलम्बन बनाकर चलो यही मेरी उनसे प्रार्थना है। (पत्र सँख्या 101, पृ''ठ 207)

85

श्रीश्रीठाकुर के जन्म से सत्ययुग की शुरूआत : श्रीश्रीठाकुर के जीवन का और अध्ययन करोगी तो तुम्हें पता चलेगा कि स्वामी विवेकानन्द महाराज ने कहा है कि जिस रोज उनका (श्रीश्रीठाकुर का) जन्म हुआ उसी दिन से सत्ययुग की शुरूआत हुई है। इसका मतलब यह हुआ कि हमारे शास्त्रों में सत्ययुग के मनुष्यों का जो चित्रण मिलता है श्रीश्रीरामकृष्णदेव का चरित्र उसके अनुरूप था और जैसे तुम जब एक कैमरा से कोई चित्र जब लेती हो तो उसका नेगेटिव तो एक ही होता है लेकिन प्रिन्ट्स हजारों बनाए जा सकते है। उसी प्रकार श्रीश्रीठाकुर जब अवतरित हो गए तो तुम्हारी, हमारी, जगत–ब्रह्माण्ड के हरेक व्यक्ति को मानो अपनी शुद्धतम सत्ता का साक्षात्कार हो गया, जिसे ब्रह्मकुण्डलिनी का जागरण कहा गया है। (पत्र सँख्या 102, पृष्ठ 208)

86

स्वामी विवेकानन्द की वाणी की महिमा: ऐसे ही श्रीश्रीठाकुर के शिष्य स्वामीजी थे। ऐसे मनुष्यों की वाणी ही शास्त्र हुआ करती है, उनका हरेक उच्चारण

हम अल्पबुद्धि मनुष्यों के लिए अनुकरणीय होता है, अपनी भलाई के लिए, सत्ययुग के सत्य से युक्त होने के पथ पर बढ़ने के लिए। (पत्र सँख्या 102, पृष्ठ 208)

87

दीक्षा–गुरु की खुशी : मुझे यह जान कर खुशी हुई कि तुम अपने इष्ट–देवता का नाम निरन्तर जप कर पा रही हो। .... 'उपासना–पद्धति' पुस्तक में लिखे गये दिशा–निर्देशों को पढ़ने के बाद उसी प्रकार जितना कर सकती हो करो। .... जब तुम अन्य समय में जप करती हो तो जप संख्या रखने की कोई आवश्यकता नहीं हैं, बस मन्त्र के शब्दों की ओर ध्यान देना है। (पत्र सँख्या 103, पृष्ठ 209)

88

अनित्य असार संसार : तुम्हारा जीवन तुम्हें संसार के अनित्य होने की, असार होने की बात हर घड़ी सिखा रहा है। जब तुम समझ जाओगी की जीवन भर इससे छुटकारा मिलना नहीं है, तब ही तुम्हें श्रीभगवान पर, श्रीश्रीठाकुर पर, श्रीश्रीमाँ पर पूरा भरोसा होगा। जब तक इस संसार से तुम्हें थोड़ी सी भी सुख की आशा होगी, इच्छा होगी, तब तक न तो सुख मिलेगा, न भगवान। (पत्र सँख्या 104, पृष्ठ 210)

89

करो, जहाँ तक कर सको : तुम्हारे अपने बारे में तुम्हें कुछ भी नहीं मालूम, फिर भी तुमने अपने आपको 'संसारी' आदि लिख डाला है ऐसा न करो। जहाँ तक कर सको 'उपासना-पद्धति' के अनुसार ध्यान-जप की प्रक्रिया जारी रखो। ध्यान तो होने में काफी समय लगेगा। इसके लिए हर घड़ी अपने इष्टमन्त्र का जप करना आवश्यक होगा। करो, जहाँ तक कर सको। (पत्र सँख्या 105, पृष्ठ 211)

90

तुम्हारे हृदय पर श्रीश्रीठाकुर का पूर्ण अधिकार है : तुम्हें किसी बात को लेकर परेशान होने की आवश्यकता नहीं है। श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, स्वामीजी महाराज जैसे आश्रम के मन्दिर में हैं, वैसे ही उनका पूर्ण अधिकार तुम्हारे हृदय पर भी है, ऐसा समझो। इस बात को, इस सत्य को समझ पाना, गहराई के साथ समझ पाना ही साधुओं की साधुता है ऐसा समझो। और इस सत्य की गहराइयों में ज्यों ज्यों उतरोगे त्यों त्यों तुम्हारे चरित्र में बुद्धि का प्रकाश होगा जिसके फलस्वरूप श्रीश्रीठाकुर के हाथों में तुम एक यन्त्र के समान काम करोगे। मैं श्रीश्रीठाकुर से प्रार्थनाएँ करता रहता हूँ कि वे तुम्हें इसके लायक बनावें। (पत्र संख्या 107, पृष्ठ 213)

91

त्याग और सेवा का आदर्श : जो है वह यही है कि किसी आदर्श के लिये या किसी की सेवा के लिए तुम अपने जीवन को त्याग कर सकती हो जैसे श्रीश्रीठाकुर ने, श्रीश्रीमाँ ने, हमारे स्वामीजी महाराज ने, भगवान श्रीकृष्ण ने, जगन्माता सीताजी ने, गौतम बुद्ध ने किया था। .... पढ़ाई के बाद विवाह संस्कारों की भी आवश्यकता समझोगी तो वह भी त्याग और सेवा का ही जीवन होगा। जीवन को लेकर परीक्षण न करो, जीवन अमूल्य है उससे छेड़खानी न करो।(पत्र सँख्या 108, पृष्ठ 214)

92

अपने शुद्ध मन को पहचानो : प्रभु का नाम हर घड़ी मन ही मन हर काम करती हुई करती रहो। मन में और किन्हीं भी बातों को स्थान न दो। इस प्रकार से अपने शुद्ध मन को पहचानो। तुम्हारा मन ही शुद्ध चैतन्य है, जो कि श्रीश्रीठाकुर का, श्रीश्रीमाँ का स्वरूप है, उसी शुद्ध चैतन्य स्वरूप को तुम कहती हो कमियाँ हैं, बुद्धिहीन है, आदि। समझती तो हो नहीं, लिखती जाती हो। ठीक है, चिट्ठियाँ जरूर लिखा करो लेकिन प्रभु का नाम भी हर घड़ी जरूर लेती रहो। (पत्र सँख्या 109, पृष्ठ 215)

93

जप नित्यकर्म की तरह करो : जप के फल से तुम्हारा क्या लेना-देना ? क्या श्रीभगवान ने गीता में नहीं कहा है कि 'कर्माणि एव अधिकारः .... ने मा फलेषु कदाचन' ? तुम्हारा अधिकार जप करने भर तक का है। वे तो और लोग हैं जो जप का फल चाहते हैं, जप करना तो मठ के साधु-भक्तों का नित्यकर्म है। नित्यकर्म का फल नहीं होता, मगर न करने पर बुरा होता है जिसे प्रत्यवाय कहते हैं। इसे लेकर अपना दिमाग खराब न करो। प्रभु का नाम निरन्तर लेते रहने का प्रयास करते रहो। (पत्र सँख्या 111, पृष्ठ 217)

94

ध्यान में श्रीश्रीठाकुर का दर्शन : दीक्षा के दिन मिली 'उपसाना-पद्धति' के अनुसार ही जपध्यान की प्रक्रिया चलाते रहो, किसी मनमाने प्रकार से नहीं। कुछ काल तक मन लगाकर जपध्यान करते रहो। ध्यान किया नहीं जा सकता। मन से दुनियादारी यानी सांसारिक सुख की वासना ज्यों ज्यों घटती जाती है त्यों त्यों मन साफ होता रहता है और उसी समय ध्यान में श्रीश्रीठाकुर का दर्शन हो सकता है। आज्ञा चक्र पर मन को स्थिर करने का प्रयास निष्फल ही होगा। यह तुम्हारे शारीरिक प्रयास की बात नहीं है। (पत्र संख्या 112, पृष्ठ 218)

95

ज्ञान, भक्ति, वैराग्य के लिये : बहुकाल तक प्रभु की कृपा पर एकान्त रूप से ही निर्भर रह कर हर घड़ी दिन–रात प्रभु का नाम जप करते रहो। अनन्त धैर्य के साथ जप करते रहो। "उपासना पद्धति" में बताये गए नियमों का पालन करने के बाद दूसरे अवसरों पर भी मन में जप करते रहो। फिर ज्ञान, भक्ति, वैराग्य आदि से तुम्हारा परिचय होगा। (पत्र सँख्या 112, पृष्ठ 218)

96

अपना आदर्श सदैव सम्मुख रखो :.... तुमने अपनी रामकहानी लिख भेज दी है। इसकी जरूरत नहीं थी। संसार में कहानियाँ सभी एक ही प्रकार की हैं। संसार में रहकर श्रीरामकृ''णदेव, श्रीश्रीमाँ सारदा देवी, आदि को आदर्श मानकर चलने में ही हम सब का मंगल है। (पत्र सँख्या 113, पृ''ठ 219)

97

साधुसंग व स्वाध्याय : तुम्हारे मन में स्थिरता का अभाव है। साधुओं से मिलो, पुस्तकें पढ़ो, तुम्हारे प्रश्नों के उत्तर मिल जायेंगे। (पत्र सँख्या 114, पृष्ठ 220)

98

तन्त्र–मन्त्र सब हमारे प्रभु ही हैं : अपने इष्टदेवता का ही मन्त्र निरन्तर मन लगाकर हर घड़ी जप करते रहो और उन्हीं पर पूरी तरह निर्भर रहो। वैसे भी वे तुम्हारी प्रत्येक मनोवाँछाओं को पूरा अवश्य ही करेंगे लेकिन अगर तुम उनके लिए अत्यधिक व्याकुल हो तो उनसे प्रार्थनाएँ कर सकते हो। इससे भी उनकी पूर्ति होगी। मन्दिर में कालीमाता की पूजा करते हो, उन्हें अपने इष्ट देवता से अभिन्न समझो। मेरे लिए तन्त्र–मन्त्र सब हमारे प्रभु ही हैं। मुझे और कुछ नहीं मालूम है। (पत्र सँख्या 115, पृष्ठ 221)

99

मन निर्मल कब होगा ? : जप–ध्यान लगन के साथ निःसन्देह होकर जब कर सकोगे तभी तुम्हारा मन क्रमशः निर्मल होता जावेगा। रामकृष्ण–विवेकानन्द साहित्य जहाँ तक हो सके पढ़ा करो। (पत्र सँख्या 117, पृष्ठ 223)

100

संसारिक चिन्ताओं के लिये कवच : यथाशक्ति अपने इष्टमन्त्र का यथानिर्देश जप करते रहो। जहाँ तक हो सके मन में हर घड़ी जप करो। इससे सांसारिक

चिन्ताएँ तुम्हें पीड़ा नहीं पहुँचा सकेंगी। जहाँ तक कर सको करते रहो। (पत्र सँख्या 118, पृष्ठ 224)

101

अपने इष्टदेवता को ही धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष सभी के दाता जानो : तुमने मुझे जो कुछ लिखा है उन्हें अपनी इष्टदेवता से कहो, उन्हीं से प्रार्थनाएँ करो। मैं तो उन्हीं को धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष सभी के दाता समझता हूँ। "जाकी रही भावना जैसी", – उसे वैसा ही फल मिलता है। (पत्र सँख्या 119, पृष्ठ 225)

102

छात्रों के लिए अध्ययन ही सर्वोत्तम तप है । (पत्र सँख्या 120, पृष्ठ 226)

103

अपनी बुद्धि दूसरों को देने का प्रयत्न न करो : संसार में तुम अपनी बुद्धि किसी को दे नहीं सकती और फिर भी उस पर बलपूर्वक आग्रह करती हो कि किसी की बुद्धि तुम्हारी इच्छानुसार हो तो यह कभी हो नहीं सकता, ऐसे प्रयत्नों का फल अच्छा नहीं होता। हठकारिता का भी आश्रय न लो। जब अकेली हो तो श्रीश्रीठाकुर से, श्रीश्रीमाँ से, व्याकुलता के साथ प्रार्थनाएँ करती रहो। (पत्र सँख्या 121, पृष्ठ 227)

104

घनघोर अन्धकार के बाद भोर : संसार का स्वरूप अच्छी तरह देख लो। इसका अर्थ है कि अपने मन के स्वरूप को, अपने संस्कारों को अच्छी तरह देख लो उनसे परिचित हो जाओ। शांत रहो, और अपने मन की वृत्तियों का अवलोकन करती रहो। रात का अन्धकार जब घनघोर मालूम पड़ता है तभी भोर होने का प्रारम्भ भी हुआ करता है, ऐसा समझो। (पत्र सँख्या 121, पृष्ठ 227)

105

मन्त्र जप किस भाव से करें ? : मन्त्र का जप यान्त्रिक न करो। ऐसा करने पर मन में एक अभिमान होता है। जप तो इस भाव से करना चाहिए जैसे कोई एक माँ अपने खोये हुए बच्चे का नाम लेकर दिनरात रोया करती है। जप करने का उद्देश्य भी यही है, भगवान से, श्रीश्रीठाकुर से उस प्रकार का लगाव उत्पन्न होना। वह भी तब ही हो पावेगा जब तम्हारा मन संसार के कूड़ा–कड़कट से हटकर शुद्ध होगा। फिलहाल अंगुलियों से ही जप करो। (पत्र सँख्या 124, पृष्ठ 230)

106

जप का तरीका व उद्देश्य : जप का उद्देश्य मन को व्यवस्थित करना है, इसलिए जप के हरेक आवृत्ति के

हरेक वर्ण के उच्चारण में शरीर, मन, बुद्धि आदि अपनी सत्ता के सारे अंगों का जहाँ तक सम्भव हो उपयोग करना चाहिए। जैसे कपड़े को रंगते समय देखा जाता है कि कपड़े का हर भाग रंगा गया या नहीं, इसी प्रकार अपने जप करने के प्रयासों में अपनी पूरी सत्ता को लगा दो कि वह उन्हीं के रंग में रंग जावे। (पत्र सँख्या 124, पृष्ठ 230)

107

ईश्वर निर्भरता : श्रीश्रीठाकुर की कृपा तो तुम पर है ही कि एक दिन पहले तुम्हें मालूम हो गया कि दूसरे दिन गुरुपूर्णिमा है। तुमने श्रीश्रीठाकुर की परीक्षा ली और वो पास हो गए। लेकिन इसी प्रकार उन पर अपनी निर्भरता को बढ़ाओ। हर काम में उन्हीं पर निर्भर रहो, देखोगी वे कभी नहीं चूकते, कभी भी फेल नहीं करते। (पत्र सँख्या 125, पृष्ठ 231)

108

अविराम साधना : तुम्हारे अनुभव बड़े ही सुखद हैं। लेकिन उन्हें भूल जाओ और आगे बढ़ते रहो। वैसे, तुम्हें आगे बढ़ने के लिए करना कुछ भी नहीं है। श्रीश्रीठाकुर की, श्रीश्रीमाँ की यही महिमा है कि तुम उनको पसन्द हो, तुम उनके लाडले हो, उनकी कृपा से तुम्हें ऐसे अनुभव हो रहे हैं। रेलगाड़ी किसी स्टेशन पर

जब रुकती हो, वहाँ कोई मेला लगा हो और तुम यदि मेले के लिए रेलगाड़ी से उतर पड़ते हो तो तुम्हारा आगे बढ़ना रुक जाता है। समझ गये होंगे। (पत्र सँख्या 126, पृष्ठ 232)

109

अटूट भक्ति के लिए संसार के अनुभवों से अपने मन को खाली करना होगा : श्रीश्रीठाकुर के चरणों में अटूट भक्ति की प्रार्थना की हैं लेकिन (बेटी), पहले संसार के अनुभवों से अपने मन को खाली किये बिना वह कैसे सम्भव होगा? श्रीश्रीठाकुर का नाम (इष्टमन्त्र) हर रोज के ध्यानजप को छोड़कर बाकी समय पर हर घड़ी मन में जपा करो। ऐसे जप में गिनती रखने की आवश्यकता नहीं है। साथ ही साथ प्रभु से प्रार्थनाएँ करती रहो कि वे तुम्हें संसार के बन्धनों से छुट्टी दें। व्याकुल होकर जो भी कुछ उनसे माँगोगी तुम्हें प्राप्त होगा। निःशंक रहो। (पत्र सँख्या 128, पृष्ठ 234)

110

मन का स्वभाव एवं निश्चयात्मिका बुद्धि : तुम्हारा मन इधर उधर भागता है इसका कारण यही है कि मन का स्वभाव ही संकल्प करना और फिर उसका विकल्प करना, निश्चय करना नहीं है। निश्चय बुद्धि करती है। ... सोच लो, विचार कर लो, लोगों से सलाह कर लो,

फिर तय कर लो, फैसला कर लो कि तुम क्या चाहते हो। एक बार निश्चय कर लेते हो तो उस निश्चय से हटो नहीं। अगर हट जाते हो तो इसका मतलब है कि तुम्हारा निश्चय दृढ़ नहीं था। एक बार निश्चय कर फिर उस निश्चय के अनुसार काम करो। (पत्र सँख्या 133, पृष्ठ 239)

111

इष्टदेवता की कृपा : यह बहुत ही अच्छा है कि तुम श्रीरामकृष्ण वचनामृत के पाठ अपने जप के साथ साथ नियमित रूप से कर रही हो। यह निश्चिन्त मानों कि तुम्हारे इष्ट–देवता ने अपने पवित्र नाम को जपने का तुमको कृपावश अवसर दिया है। वे ही तुम्हें ऐसा नियमित करते रहने की शक्ति भी प्रदान करेंगे। वे ही अपनी शक्ति से तुम्हें ईश्वर प्रेरित जीवन जीने की प्रेरणा देंगे, जिसकी तुम्हें इच्छा है। (पत्र सँख्या 135, पृष्ठ 241)

112

दृष्टि रखो, बस इतना ही : जैसे एक अध्यापक अपनी कक्षा में शरारती छात्रों पर दृष्टि रखता है तो वे शरारत नहीं कर पाते हैं वैसे ही तुम भी अपने अन्दर उठते हुए खराब विचारों की ओर जब तक दृष्टि रखोगी तब तक तुम्हें भय नहीं है। (पत्र सँख्या 135, पृष्ठ 241)

113

ईश्वरीय चिन्तन : मुझे पूर्ण विश्वास है निरन्तर ईश्वरीय चिन्तन में निमग्न रहने से दया, धीरज, विनय, पर–दोष दर्शन का अभाव और अन्य सद्गुणों को, समझने में देर नहीं लगती। (पत्र सँख्या 135, पृष्ठ 241)

114

संसार की असारता और खोखलापन :श्रीश्रीठाकुर को आश्रय बना लेने के बाद भी निराशा तुम्हें क्यो सता रही है? संसार से सुख की कामना मत करो। कर्म को केवल कर्त्तव्य ही मानकर करती रहो। क्योंकि कर्म में ही तुम्हारा अधिकार है कर्म के फलों में कभी नहीं, श्रीभगवान ने अर्जुन को कहा नहीं था? प्रभु ने, तुम्हारी अन्तरात्मा ने तुम्हें तुम्हारी ही इच्छाओं के अनुसार कर्म दिया है। जब तक इन कर्मो को अच्छी तरह निभा नहीं लेती हो, जब तक संसार के असार होने की बात तुम्हारी बुद्धि में घर नहीं कर लेती है, वह धारणा जब तक पक्की नहीं हो जाती है तब तक तुम भगवान की ओर बढ़ नहीं पाओगी। संसार के ये सारे झंझट तुम्हें इसके खोखलेपन के पाठ पढ़ाने के लिए है। प्रभु से निरन्तर प्रार्थनाएँ करती रहो, हर घड़ी मन–ही–मन उनका नाम लेती रहो। (पत्र सँख्या 137, पृष्ठ 243)

115

सेवा का अधिकार : हर घड़ी प्रभु का नाम लेती रहो, किसी से कुछ भी प्रत्याशा न रखो। हर व्यक्ति की सेवा करती रहो, जैसे करती रही हो, मन को प्रसन्न रखो कि प्रभु ने कृपा से तुम्हें उनका नाम लेने का अधिकारी बनाया है, लोगों की सेवा करने का अधिकार दिया है, क्या यह सब कोई कम बात हुई? (पत्र सँख्या 138, पृष्ठ 244)

116

पढ़ाई का नायाब तरीका : हमारे पूज्यपाद स्वामी शिवानन्द महाराज (महापुरूष महाराज) ने कभी लिखा था (एक पत्र में) कि श्रीश्रीचण्डी का जब पाठ करते हो तो 'माँ दुर्गा' के बैठने के लिए एक आसन बिछाओ और फिर माँ से कहो, माँ इस आसन पर बैठो, और मैं अभी श्रीश्रीचण्डी का पाठ करूँगा, तुम सुनो। इसके उपरान्त एक श्लोक पढ़ो, फिर देखो माँ सुन रही है या नहीं। उनसे पूछो। अगर नहीं सुना तो उन्हें फिर सुनाओ। इस प्रकार से श्रीश्रीचण्डी का पाठ करो। तो तुम भी ऐसे ही पढ़ाई करो, तुम अपनी पढ़ाई सारदा माँ को बैठाकर सुनाओ। फिर अगर तुम भूल भी जाती हो तो माँ तुम्हें याद करा देगी। (पत्र सँख्या 141, पृष्ठ 247)

117

प्रभु का नाम लेते हुए जीवन धारण करो : तुम्हारे मन में बैठे श्रीश्रीठाकुर की बातें सुनने का अभ्यास करो और उसके अनुसार ही काम करती रहो। मन को जहाँ तक हो सके प्रभु के चरणों में ही लगाओ। तुम्हारा मन उन्हीं में लगाओगी तो फिर तुम्हारे संसार की व्यवस्था उन्हीं से हो जावेगी। प्रभु का नाम लेती हुई जीवन धारण करती रहो। (पत्र सँख्या 143, पृष्ठ 250)

118

हम अपने मन को वासनामुक्त करें : श्रीकृष्णचैतन्यदेव प्रतिदिन अपने इष्टमन्त्र का ढाई लाख जप करते थे। उनके शिष्य हरिदास भी इसी संख्या में जप करते थे। लेकिन इस तरह जप करने के लिए अपने मन को अति चंचल कहकर उसे और भी चंचल बना देने से अच्छा है कि अपनी वासनाओं से मन को मुक्त करे। तभी मनोनिग्रह की आवश्यकता नहीं होती, मन ही तुम्हारा सहायक हो जाता है। (पत्र सँख्या 144, पृष्ठ 251)

119

अन्तरात्मा के साथ सम्बन्ध : तुमने जो कुछ किया उसका तुम्हारी अन्तरात्मा के साथ के सम्बन्ध में फर्क

कुछ भी नहीं पड़ा। अपनी अन्तरात्मा के साथ तुम्हारा परिचय नहीं था, मैंने वह परिचय करा दिया, अब तो तुम दोनों का सम्बन्ध है। मुझे उसमें लेना देना कुछ भी नहीं, ऐसा समझो। प्रभु का नाम दिन–रात हर घड़ी मन–ही–मन लिया करो। (पत्र सँख्या 144, पृष्ठ 251)

120

मन का निरीक्षण : फिलहाल परमार्थ को छोड़कर अपने व्यापार में पूरा मन लगा कर आर्थिक स्थिति को कुछ ठीक कर लो, फिर परमार्थ में मन लगाओ। .... मन में बुरे विचार आते हैं तो उन्हें देखते रहो, उन्हें रोकने की कोशिश न करो। केवल उनसे परिचित हो जाओ कि तुम्हारे मन में कौन–कौन से बुरे विचार हैं। उन सभी विचारों से जब भली–भाँति तुम्हारा परिचय हो जायेगा तो वे तुमसे भागने लगेंगे जैसे परिचित चोर तुम्हारे घर पर चोरी नहीं करता। तुम्हारे मन के विचारों से परिचित हो जाने के बाद जब वे तुम्हारे मन से दूर हो जाएंगे, तब तुम्हारा मन ही तुम्हें ऐसा करो, ऐसा न करो, इस तरह हर बात में तुम्हें परिचालित करेगा। परिचालन तो तुम्हारा वह अब भी करता है लेकिन तुम्हें उसकी बातों को सुनने, समझने की आदत या अभ्यास नहीं है। अगर आज ही अपने मन के निर्देशों का पालन करने लगोगे तो तुम्हारे सारे कष्ट चले जाएंगे। (पत्र सँख्या 147, पृष्ठ 254)

121

पठनीय पुस्तकें : ... रामकृष्ण मठ के द्वारा प्रकाशित पुस्तकों तथा पत्र–पत्रिकाओं का अध्ययन करते रहो। मराठी तथा हिंदी पुस्तकों तथा पत्र–पत्रिकाओं के अलावा अंग्रेजी पुस्तकों तथा पत्रिकाओं को पढ़ा करो। पहले स्वामी सारदानन्द महाराज के द्वारा लिखित श्रीरामकृष्ण–लीलाप्रसंग (Sri Ramkrishna, The Great Master) का अच्छी तरह अध्ययन करो। फिर स्वामी विवेकानन्द के पत्रों तथा व्याख्यानों को उनके Complete Works में पढ़ो। इस तरह तुम्हारी बुद्धि प्रखर होती जाएगी और फिर प्रभु की सेवा के योग्य बन जाओगे। (पत्र सँख्या 148, पृष्ठ 255)

122

आत्मसाक्षात्कार बड़े दूर की बात है : उपासना–पद्धति के अनुसार लगातार नियमित रूप से ध्यानादि करना जारी रखो तथा हर घड़ी प्रभु का नाम व्याकुलता तथा आन्तरिकता के साथ लेते रहो। हमारे शास्त्रों में साधकों के जीवन में उन्नति के लक्षण का हर जगह ही विस्तार से वर्णन किया गया है तथा श्रीश्रीठाकुर के जीवन से हम सब कुछ समझ सकते हैं। श्रीश्रीठाकुर ने भी चलते रहने की बात की है। आत्म साक्षात्कार बड़े दूर की बात है। अभी ऐसे ही चलते रहो तथा अपने

मन की गतिविधियों पर निगरानी करते रहो। (पत्र सँख्या 149, पृष्ठ 256)

123

अपने मन से एक प्रगाढ़ सम्बन्ध बनाओ : जब पढ़ने बैठो तो जैसे कोई अपने किसी सहपाठी को पढ़ाता है वैसे ही अपने मन का पढ़ाओ। उससे बातें करो। पूछो उसने समझा की नहीं। उसकी परीक्षा लो कि पाठ उसे याद हुआ है या नहीं। स्वयं छात्र बनो, मन को शिक्षक बनाओ, फिर स्वयं शिक्षक बनो फिर मन को छात्र बनाओ। मन से इस प्रकार एक प्रगाढ़ सम्बन्ध बनाओ। जब ऐसा सम्बन्ध बन जावे तो फिर जब कभी तुम्हारे मन में कोई बात आती है, जब तुम्हारा मन तुम से कुछ कहता है, उसका पालन करो। उसके कहने की अनदेखी न करो। (पत्र सँख्या 151, पृष्ठ 259)

124

तुम्हारे जीवन को तुम्हारे प्रभु अपने साँचे में ढाल रहे हैं : जंगलों में सबसे ऊँचे पेड़ों को ही आँधी–तूफानों का सामना करना पड़ता है, उनसे लड़ना पड़ता है। अपने जीवन को ऐसे ही समझो। प्रभु का नाम ले रही हो, तुम्हारे जीवन को तुम्हारे प्रभु अपने साँचे में ढाल रहे हैं, जलभुन कर प्रभु के लायक बन जाओगी। बच्चों

की चिन्ता मत करो, प्रभु पर निर्भर रहो, उन्हीं का नाम लेती रहो। (पत्र सँख्या 152, पृष्ठ 260)

125

कारण शरीर : हमारे मन के पीछे जो अपना कारण शरीर है वही हमारे कर्म का साक्षी है, दृष्टा है। वही सुख स्वरूप है। इसलिए मन जब चिन्तारहित होकर शान्त होता है तो हमें कारण शरीर का ही अवभास होता है और इसी को हम सुख कहते हैं। लेकिन फिर जब मन में वासनाएँ आ जाती हैं तो उन्हें मिटाने कि इच्छा के कारण हम दुःख उठाते हैं। बात यही है। इसी साक्षी या दृष्टा का ही नाम तुम्हारे इष्टदेवता का नाम है, इसे ही आत्मा कहते हैं। (पत्र सँख्या 158, पृष्ठ 267)

126

साधना क्या है ? : मैंने (मेरे पिछले पत्र में) जो कुछ लिखा है उन्हें समझ लेने की कोशिश न करो। जहाँ तक हो सकें उन बातों को जो कुछ मैंने लिखा है, करने में समय लगाओ। जो कोई जो कुछ तुमसे करने के लिए कहता है उसका पालन करने की चेष्टा करती रहो, यही साधना है। (पत्र सँख्या 159, पृष्ठ 268)

127

बड़ों के आदेशों का पालन व आचरणों का अनुकरण : श्रीश्रीठाकुर की तरह जब सर्वभूत में नारायण देखती रहोगी तभी तुम हर व्यक्ति का कहा हुआ काम बेहिचक कर सकोगी, इसलिए उस अवस्था की प्राप्ति के लिए तुम्हें श्रीश्रीठाकुर के आचरण के अनुकरण के माध्यम से अपने मन को निर्मल बनाना पड़ेगा। यही कारण है कि बच्चों को बड़ों के आदेशों का पालन, उनके आचरणों का अनुकरण करने के लिए कहा जाता हैं। (पत्र सँख्या 159, पृष्ठ 268)

128

हर घड़ी मन्त्र जप : हर घड़ी मन्त्र जप करती रहो। भूल जाती हो तो ठीक है, फिर जब याद आवे तब करो। धैर्य के साथ काम लो। भूल जाती हो तो दिमाग खराब करने की जरूरत नहीं है। मन पर नजर रखने की बात के सम्बन्ध में भी ऐसा ही समझो। मन में ऐसी धारणा बनाओ क तुम्हें ये काम करने हैं, इसी से क्रमशः कभी न कभी तुम्हें इसमें सफलता मिलेगी, निश्चिन्त रहो। (पत्र सँख्या 159, पृष्ठ 268)

129

ठाकुरकृपा : श्रीश्रीठाकुर के नाम जपने का अधिकार श्रीश्रीठाकुर ही की कृपा से तुम्हें प्राप्त हो गया है, चाहो

तो कह सकते हो अपने पहले के किये पुण्यकर्म के फलस्वरूप। अब यह भी समझ लो तुम्हारी गाड़ी चल पड़ी है अब उसे उत्तरोत्तर गति ही पकड़ना है, निश्चिन्त रहो, प्रभु ही तुम्हारी निगरानी बराबर कर रहे हैं, उन्हीं पर पूरा भरोसा रखो वे तुम्हारे साथ हैं, तुम्हारे हृदयाभ्यन्तर में सदा समासीन रहकर तुम्हें दिशानिर्देश दे रहे हैं हर घड़ी। यह बात और है कि उनकी हर बात पर तुम अमल नहीं करते। ठीक ही है। हर घड़ी, हर काम के मध्य प्रभु के नाम लेने का अभ्यास ज्यों ज्यों बनेगा त्यों त्यों समझो तुम दोनों का जीवन धन्य होता जायेगा। (पत्र सँख्या 160, पृष्ठ 269)

130

संसार के स्वरूप से भली–भाँति परिचित हो जाओ : कुछ काल तक संसार में रहकर इसके स्वरूप से भली–भाँति परिचित हो जाओ जिससे संसार से तुम्हें प्रत्याशाएँ, उम्मीदें न रह जावें। तभी तुम्हारा मन शुद्ध होगा और फिर कहीं भी रहोगी, किसी भी अवस्था में रहोगी तब भी तुम्हारा मन प्रफुल्लित रहेगा। आनन्द के साथ वह प्रभु का नाम लेगा, प्रभु के स्वरूप के ध्यान में डूबा ही रहेगा। तब तुम धन्य हो जाओगी। प्रभु की कृपा पर, श्रीश्रीमाँ की कृपा पर भरोसा रखो। वे ही तुम्हारे हृदय में उपस्थित रहकर तुम्हें चला रहे हैं। पत्र सँख्या 162, पृष्ठ 271)

131

साधु लोग : साधु के जीवन में और तुम्हारे जीवन में क्या फर्क है? ...बड़े साधु लोग संसार के लोगों की ईश्वरबुद्धि से सेवा करते हैं। जैसे जिसकी नींद खुल गई है वही वैसे लोगों को जगाने में लग जाता है जैसे किसी जलते हुए घर में सोए हुए होते हों। (पत्र सँख्या 163, पृष्ठ 272)

132

छोटे बच्चे की तरह व्याकुल होकर श्रीश्रीठाकुर को पकड़ लो : यह जानकर अति प्रसन्नता हुई कि दीक्षा प्राप्ति से ही तुम श्री गुरु महाराज और करूणामयी माँ सारदा की असीम कृपा से आध्यात्मिक उपासना नियमित रूप से करती हो। जैसे एक छोटा बच्चा अपनी माँ की गोद में जाने के लिए कैसे रो रो कर उसे पकड़ लेता है वैसे ही तुम भी उनको पकड़ लो और जप करती रहो। जैसे हमारे श्री गुरु महाराज माँ काली पर सब समय निर्भर रहते थे, माँ की इच्छा के अनुसार ही चला करते थे। ऐसे ही तुम भी उन पर पूर्ण निर्भर रहो और माँ तुम्हें जैसा चलाती है, चलो। (पत्र सँख्या 164, पृष्ठ 273)

133

मन की परीक्षा करो :प्रभु का नाम ले रहे हो लेकिन तुम अभी भी निराशा से घिरे हो। अपने मन को देखो, उसकी परीक्षा करो, कुछ ऐसा चाहते होंगे जो मिलना कठिन है और जिसे तुम पूरे मन से चाहते भी नहीं हो। यही तुम्हारी स्थिति मुझे लगती है। इस अवस्था का विश्लेषण कर लो, जब अपनी हालत को समझ लोगे तो मन ठीक हो जावेगा। (पत्र सँख्या 165, पृष्ठ 274)

134

निष्ठा, लगन और व्याकुलता के साथ जप करो : 8–10 वर्षो तक निष्ठा, लगन और व्याकुलता के साथ श्रीश्रीठाकुर का नाम जप करती रहो। जैसे अपनी माँ से बिछुड़ा हुआ बालक अपनी माँ के लिए 'माँ, माँ' पुकार कर रोता, बिलखता है, उस प्रकार जब तुम हर घड़ी श्रीश्रीठाकुर का नाम लेने लगोगी, तभी तुम्हें उनका नाम लेने में आनन्द मिलेगा। ... आध्यात्मिक जीवन में धैर्य की बड़ी आवश्यकता है। (पत्र सँख्या 167, पृष्ठ 276)

135

तुम्हारा शुद्ध मन तुम्हारा स्वरूप है :अपने मन के सम्बन्ध में ऐसे समझो कि तुम्हारे मन के शुद्ध स्वरूप

का नाम 'सारदा देवी' है, 'श्रीराम**कृ**ष्ण' है और अशुद्ध स्वरूप का नाम '....' (*जिज्ञासु का नाम*) है। इसलिए जब भी तुम अपनी अशुद्धियों, कामना–वासनाओं के बारे में सोचती हो तब तुम्हारा मन उन्हीं में रम जाता है। इसलिए अपने शुद्ध मन का ही ध्यान करो, चिन्तन करती रहो। तुम्हारा शुद्ध मन तुम्हारा स्वरूप है और तुम्हारा अशुद्ध मन तुम्हारे पुराने संस्कारों की समष्टि। जैसे जैसे तुम उन अशुद्धियों से परिचित होती जाओगी, वे तुमसे दूर भागने लगेंगी। (पत्र सँख्या 169, पृष्ठ 278)

136

आज्ञापालन : अपने पुराने संस्कारों के फलस्वरूप ही तुम्हें यह जन्म मिला है, प्रभु के नाम जपने का अधिकार मिला है, इसलिए अपने आप को धन्य समझो, कृतकृत्य समझो, और बड़े लोगों का कहना मानती हुई, अपने हृदयस्थ श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के निर्देशों का पालन करती हुई जीवन बिताओ। (पत्र सँख्या 169, पृष्ठ 278)

137

मन के विचारों से परिचित होओ : मन को एकाग्र करना मुश्किल है क्योंकि जिसे हम मन कहते हैं उसका स्वभाव ही है एक संकल्प करना फिर तुरन्त

उसका विकल्प करना। मन में एक बात आती है फिर उसे हटाकर दूसरी एक बात आती है। इस प्रकार ऐसी बातों का क्रम चलता रहता है। इसे रोकने के लिए तुम्हें अपने मन के विचारों से परिचित होना पड़ेगा। (पत्र सँख्या 170, पृष्ठ 279)

138

एक सामान्य जीवन जीओ : मन्त्र दीक्षा के समय जैसा बताया गया है वैसा ही करते जाओ। उससे अधिक और कुछ करने मत जाओ और अपनी भावनाओं को अत्यधिक दबाने की भी आवश्यकता नहीं है। लोगों का ध्यान आकर्षित न करो कि तुम आध्यात्मिक जीवन जी रहे हो। एक सामान्य जीवन जीओ। समाज से अकेले न रहो और न ही उन लोगों का विरोध करो। अपना कुछ समय कभी, कभार अपने आस–पास के लोगों के साथ भी बिताओं और उनकी संगत का आनन्द उठाना सीखो। (पत्र सँख्या 171, पृष्ठ 280)

139

शुभ दीपावली : तुम दीपावली किस प्रकार मनाने जा रही हो। ऐसे शुद्ध दिवसों पर तुम अपना मन ज्यादा से ज्यादा इष्ट मन्त्र का जप करने में लगाओ और अध्यात्म सम्बन्धी कुछ अध्ययन करने का प्रयास भी करो। (पत्र सँख्या 172, पृष्ठ 281)

140

निःस्वार्थता के स्तर नहीं होते : तुम तो पहले से निःस्वार्थी हो और निःस्वार्थता में किसी भी प्रकार के स्तर नहीं रहते, या तो तुम निःस्वार्थी हो, या नहीं हो। तुम्हारा मन तुम्हारे इष्ट देवता का स्थान है। यदि तुम्हारा मन पवित्र नहीं होता तो तुम्हारे इष्ट देवता वहाँ कैसे रहते और तुमने अपना शरीर, मन और बुद्धि उनके चरण कमलों में दे दिया है तो तुम्हारा चरित्र कैसे अपवित्र हो सकता है। तुम केवल यह देखती रहो कि वे तुम्हें आस पास के लोगों के हित के लिए कैसे काम में लेते हैं। अन्त में तुम्हारे जीवन में कोई अनिश्चितता हो ही नहीं सकती है क्योंकि तुम उनका नाम अनवरत लेती रहती हो। उनकी सेवा ही तुम्हारे जीवन का भविष्य है और यही निश्चिन्तता है। (पत्र सँख्या 172, पृष्ठ 282)

141

प्रगति पथ पर आगे बढ़ने के लिए साधक आध्यात्मिक जीवन की घटनाओं को साक्षी के रूप में देखे : तुम्हारे साथ जो घटनाएँ घट रही है उनके साक्षी तो तुम्ही हो, फिर तुम्हें मेरे या किसी और के समर्थन की आवश्यकता क्यों पड़ने लगी? आध्यात्मिक जीवन में ऐसी बहुत सी घटनाएँ साधकों के साथ हुआ करती हैं, प्रथमतः जीवन मे वे निराले ही लगते हैं। लेकिन उनके

जीवन में जब स्थिरता आती है तो, जैसे तुमने पढ़ा भी होगा की गहरे जलाशय में हाथी के डूब जाने पर भी पता नहीं चल पाता है। इसी प्रकार तुम्हारे लिए उचित यही होगा की इन घटनाओं से विचलित न हो कर साक्षी के रूप में इनको देखते रहो। तुम्हें अभी काफी दूर जाना है। (पत्र सँख्या 173, पृष्ठ 283)

142

मन ही गुरु है : अपने मन के बारे में तुम्हें कुछ भी नहीं मालूम, तुमने पढ़ा भी है कि मन ही गुरु है फिर भी तुम मन को शान्त करना चाहते हो। मन तुम्हारा शान्त ही है केवल उसमें सांसारिक संस्कार भरे पड़े हैं जिन्हें हटाने में समय लगेगा। जैसे जैसे तुम्हें जप करने में रूचि होगी वैसे वैसे तुम्हारा मन साफ होता जायेगा। (पत्र सँख्या 178, पृष्ठ 289)

143

प्रभु मेरे, मैं प्रभु का : जब से तुमने श्रीश्रीठाकुर का मन्त्र जपना शुरू किया हैं, तुम उन्हीं के हो गए हो, वे भी तुम्हारे हो गए हैं, केवल इस बात को समझने में तुम्हें कुछ देर होगी, जल्दी क्या है। (पत्र सँख्या 180, पृष्ठ 291)

144

किसी विद्यार्थी के प्रति : तुम्हें शायद अब तक ये बात मालूम नहीं हो पाई है कि अगर तुम्हारे मन में बहुत आसक्ति है, संशय है तो तुम्हारे सिवाय दुनियाभर में और कोई भी तुम्हें इस अवस्था से निकाल नहीं सकता। इसकी वजह यही है कि तुम्हें तुम्हारी वर्तमान अवस्था ही अच्छी लगती है। तुम्हें मालूम है कि लोगों को जो बातें अच्छी लगती है वे उसी की चर्चा रातदिन करते रहते हैं। वैसे ही तुम्हें अपनी आसक्तियों के बारे में लिखने में आनन्द ही मिलता है। अपना भला चाहते हो तो आसक्ति, संशय आदि शब्दों को भूल जाओ। पढ़ाई में मन लगाओ, लगन के साथ प्रभु से प्रार्थनाएँ करो। (पत्र सँख्या 181, पृष्ठ 292)

145

चिन्ताओं के निवारण का उपाय : जिस समय तुम बहुत चिन्तित होते हो उस समय मन में अपने इष्टदेव के नाम का जप करना शुरू कर दो, तुम्हारी चिन्ताएँ भाग जायेंगी। प्रभु से प्रार्थनाएँ बराबर व्याकुल होकर करो, इस तरह करो कि आँखों में पानी आ जावे। तभी प्रभु तुम्हारी प्रार्थना सुनेंगे। (पत्र सँख्या 183, पृष्ठ 294)

146

सम्बोधन परम्पराः हमारे मठों के साधु तथा भक्तलोग सभी श्रीश्रीरामकृष्णदेव को ही श्रीश्रीगुरुमहाराज कहते हैं, दीक्षा गुरुओं को गुरुदेव, गुरुजी, गुरु महाराज कहने की प्रथा नहीं है। मुझे तुम केवल 'महाराज' कहकर सम्बोधित कर सकती हो। सभी साधुओं को ऐसा कह सकती हो या फिर नाम के आगे 'जी' लगाकर भी सम्बोधित कर सकती हो। लेकिन अपने दीक्षागुरु के लिऐ ऐसा सम्बोधन उचित नहीं है। श्रीश्रीगुरुमहाराज को हम 'श्रीश्रीठाकुर' भी कहते हैं। रामकृष्ण–विवेकानन्द साहित्य पढ़ती रहो, ये बातें क्रमशः साफ हो जाएँगी, और तुम्हें अपने रिश्तेदारों का संग क्रमशः असहनीय मालूम पड़ता जायेगा और तुम श्रीश्रीठाकुर का, श्रीश्रीमाँ का, स्वामीजी तथा उनके गुरुभाइयों का, उनके भक्तों के संग की कामना करती रहोगी। (पत्र सँख्या 184, पृष्ठ 295)

147

दृढ़ इच्छाएँ पूर्ण होती है : इच्छा बुद्धि पर निर्भर होती हैं, बुद्धि अपने पुराने कर्म से उत्पन्न संस्कारों पर निर्भर होती हैं, इसलिए अगर तुम्हारी इच्छा दृढ़ है तो इसका अर्थ यही हुआ कि तुम्हारी उस इच्छा के पीछे तुम्हारी बुद्धि का सहारा है। तुम्हारे इच्छा के दृढ़ होने का अर्थ यही है कि वह पूर्ण होने वाली है जैसे रात

जब बहुत घनी, गहरी हो जाती है तो लोग समझ जाते हैं कि सुबह करीब है। (पत्र सँख्या 185, पृष्ठ 296)

148

कितनी सँख्या में जप करें ?: जहाँ तक कर सकती हो एक ही आसन पर बैठ कर संख्या रखती हुई जप करो। तुमने 108 की बात की है, तुम्हें नहीं मालूम श्रीचैतन्य महाप्रभु दो लाख जप किया करते थे, उनकी पत्नी विष्णुप्रिया ढाई लाख। हमारे साधुओं में स्वामी विरजानन्द महाराज किसी समय एक लाख आठ हजार तक गिनती रखकर जप किया करते थे, अब समझ लो! (पत्र सँख्या 187, पृष्ठ 298)

149

श्रीमूर्ति का ध्यान : श्रीमूर्ति का ध्यान तुम्हारे मन की निर्मलता पर निर्भर है। अपने मन में आते हुए विचारों के क्रम से परिचित होने की कोशिश करती रहो, जैसे कमरे को साफ करने से पहले उसमें कहाँ कहाँ गन्दगी है उससे परिचित होती हो और फिर उसे साफ करने में देर नहीं लगती। अपने मन की वासनाओं से परिचित हो जाओ। .... मैं तुम्हारे लिए श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, तथा स्वामीजी महाराज से निरन्तर प्रार्थनाएँ करता रहता हूँ। (पत्र सँख्या 187, पृष्ठ 298)

150

सबसे अच्छा उपाय : जब तुमने श्रीश्रीठाकुर के नाम को अपना आश्रय बनाया है तो तुम्हारे लिए सबसे अच्छा उपाय यही है कि संसार कि चिंता उन्हीं पर छोड़ो। उनके फोटोग्राफ के सामने अकेली बैठकर उनसे कहो, "हे प्रभु इन सब झमेलों से मुझे निकालो, मैं दिनरात हर घड़ी तुम्हारा नाम जपना और मेरा तन–मन–धन तुम पर न्यौछावर करना चाहती हूँ। हे प्रभु मुझसे तो और सहा नहीं जाता।" इस प्रकार उन्हें खूब मनाया करो। तुम्हारी प्रार्थना अत्यन्त व्याकुल होने पर वे अवश्य सुनेगें। निश्चिन्त रहो। (पत्र सँख्या 188, पृष्ठ 299)

151

आन्तरिक जिज्ञासा का महत्व : जब तक तुम समझती हो कि वेदान्त, आदि तुम्हारे बस की बात नहीं, तब तक वैसा ही रहेगा। संसार से निपट लेने के बाद उनके सम्बन्ध में जब जिज्ञासा उत्पन्न होगी तो उपनिषद पढ़ाने के लिए आचार्य भी तुम तक पहुँच जाएँगे। ... मैं तुम सब की भलाई के लिए श्रीश्रीठाकुर से प्रार्थनाएँ करता रहता हूँ। (पत्र सँख्या 189, पृष्ठ 300)

152

इष्टदेवता के प्रति मन लगने का प्रभाव : श्रीश्रीठाकुर का नाम हर घड़ी मन ही मन जप करते रहो और इस प्रकार से जैसे जैसे तुम्हारा मन तुम्हारे इष्टदेवता के प्रति लगने लगेगा, तुम्हारे सांसारिक कर्म का निर्वाह अनायास होने लगेगा। (पत्र सँख्या 191, पृष्ठ 302)

153

अध्यात्म मार्ग के पथिकों का सांसारिक दुःख–कष्ट में घबड़ाना कैसा : जो लोग अध्यात्म मार्ग पर चलने वाले होते हैं वे ज्यों ज्यों उस मार्ग पर आगे बढ़ते हैं सारे संसार के दुःख, सारे संसार के कष्ट उनके सर पर चढ़ जाते हैं। .... अपने ही कष्टों से घबड़ा जाओगी तो संसारियों के कष्ट के निवारण के लिए अपनी योग्यता कैसे बढ़ा पाओगी? प्रभु का नाम लेती हो और शोक–दुःख से घबराती भी हो। माँ सारदा, माँ जानकी, इनके जीवन में तो ऐसा नहीं हुआ। रामकृष्ण–सारदा पर ही भरोसा रखो और प्रबल उत्साह के साथ काम–काज करते रहो। (पत्र सँख्या 194, पृष्ठ 305)

154

व्याकुल रूदन से ईश्वर दर्शन : तुमने मन्त्र दीक्षा इसलिए नहीं ली थी कि इतनी बार मन्त्र का जप करोगी तो श्रीभगवान दौड़कर तुम्हारे पास आकर तुम्हें

दर्शन देंगे। एक–डेढ़ साल का बच्चा अपनी माँ से जब अलग हो जाता है तो वह माँ–माँ कहकर बेतहा रोता है। वह बिलख–बिलख कर रोता ही रहता है जब तक उसकी माँ उसे नहीं मिल जाती। श्रीश्रीठाकुर ने भी कहा है अगर दो ही दिन कोई श्रीभगवान के लिए वैसी व्याकुलता के साथ रोता है तो उसे उनके दर्शन मिलते हैं। इसलिए इतने दिनों में या इतनी बार जप करने से मुझे श्रीभगवान के दर्शन मिलेंगे, ऐसा न सोचो। (पत्र सँख्या 196, पृष्ठ 307)

155

शुद्ध मन में आत्मदर्शन होगा : स्वामी ब्रह्मानन्द महाराज का कहना है कि श्रीभगवान के दर्शन के बाद आध्यात्मिक जीवन का शुभारम्भ होता है। जो बालक सचिन तेंदुलकर को देखने के लिए उतावला होता है लेकिन तेंदुलकर जैसा क्रिकेटर बनना नहीं चाहता उसके उतावला होने का अर्थ ही क्या है? तुम्हें पूर्व कि ओर बढ़ना हो तो पश्चिम को तो पूरी तरह ही पीछे छोड़ना पड़ेगा। इसी तरह जब तुम्हारी बुद्धि से तुम्हारे इष्टदेवता की भावना के अलावा और सारी भावनाएँ निकल जायेंगी तब तुम्हारी बुद्धि शुद्ध हो जावेगी, तुम्हारा मन शुद्ध हो जायेगा, उस शुद्ध मन में तुम्हें आत्मदर्शन होगा। फिलहाल तुम्हारे हृदयस्थ श्रीभगवान जैसे तुम्हें

चला रहे हैं वैसे ही अपनी दिनचर्या का पालन करती रहो। (पत्र सँख्या196, पृष्ठ 307–308)

156

संसारियों की सेवा : संसार से दिल जब वास्तव में हट जायेगा तब तुम्हारे इष्टदेवता तुम्हें अपने संसार के कर्म में संसारियों की सेवा में लगाएंगे। फिलहाल उनका नाम लेते रहो। (पत्र सँख्या197, पृष्ठ 309)

157

ठाकुर के हाथों की तुम पुतली : अब तक तो समझ गई हो कि इस संसार में तुम्हारा अपना कुछ भी नहीं, यहाँ तक कि तुम भी श्रीश्रीठाकुर की, श्रीश्रीमाँ की हो चुकी हो, उनके हाथों की पुतली बन चुकी हो। वे ही अब तुमसे जो कुछ करा लेते हैं, करती रहो और इस तरह प्रसन्नचित्त होवो। .... फिर देखना, तुम्हें इस कर्म में, हर कर्म में आनन्द मिलेगा। (पत्र सँख्या 198, पृष्ठ 310)

158

साधुओं–सन्यासियों के प्रसन्नता का रहस्य : संसार से सुख की आशा कैसे करती हो? तुम्हारे इतने अनुभवों के बाद भी संसार के स्वरूप को लेकर संदेह रह गया है? श्रीश्रीमाँ के, श्रीश्रीठाकुर के, स्वामीजी महाराज के,

उनके गुरूभाइयों के, मठ के आज तक के सारे साधुओं–सन्यासियों के जीवन में तुम्हें क्या कहीं सांसारिक सुख देखने को मिला है? अगर वे प्रसन्नचित्त मालूम पड़ते हैं तो वह इसलिए कि सांसारिक दुःख उन्हें परेशान नहीं करते। वे सभी संसार के स्वरूप से परिचित हैं। (पत्र सँख्या 199, पृष्ठ 311–312)

159

शिव भाव से जीव सेवा : जो काम कर रही हो, जिन लोगों की सेवा का अधिकार तुम्हें मिला है, ईश्वर ही की सेवा कर रही हो, इस बुद्धि से उनकी सेवा करो। तुम्हारी बुद्धि इस बात पर दृढ़ हो जाने पर तुम निश्चिन्त हो जाओगी। संसार से मिलना कुछ भी नहीं, तुम्हें उसकी अपने सामर्थ्य के अनुसार सेवा भर करनी है, यही प्रभु की सेवा है। ... दिलोजान से सबकी सेवा करो। श्रीराम ने, श्रीकृष्ण ने, श्रीचैतन्य ने, श्रीरामकृष्ण आदि सभी ने यही किया, तुम्हें भी यही करना है। (पत्र सँख्या 199, पृष्ठ 312)

160

मन्त्र तो देवताओं के शरीर होते हैं, बारम्बार जपते रहने से तुम्हारे मन में नए संस्कार पनपेंगे, फिर इन बातों को तुम और अच्छी तरह समझोगे। कहीं भी रहो

हर घड़ी प्रभु का नाम जप करने की कोशिश करो। (पत्र सँख्या 200, पृष्ठ 313)

161

जीवन की गति को तीव्रता से बदलनाः 'उपासना–पद्धति' के नियमों के अनुसार ध्यान–जप–उपासना बराबर कर रही होगी। इसके अलावा जब भी फुरसत मिले मन में हर घड़ी जप करने का अभ्यास बना डालो। प्रभु के नाम जपने में रूचि आ जाये तो देखोगी किस लगन के साथ तुम जप करोगी और तब समझोगी की आनन्द किसे कहते हैं, जीवन की गति को तीव्रता से बदलना किसे कहते हैं, प्रभु का नाम खूब जपती रहो। (पत्र सँख्या 202, पृष्ठ 315)

162

मन की शान्ति : मन की तुम्हारी वर्तमान इच्छाएँ पूरी हो जावें तो तुम्हारा मन शान्त हो जावेगा, ऐसा सोचना गलत होगा। आज तक जो कुछ भी इच्छाएँ तुम्हारे मन में उत्पन्न हुई हैं, दो चार अगर पूरी नहीं हुई हो तो कुछ दिनों में हो जावेंगी, लेकिन ... , मन उससे शान्त नहीं होगा। शान्त इसलिए नहीं होगा कि तुम्हारा शान्ति से परिचय नहीं है। शान्ति तो तब आती है जब तुम्हारे मन में इच्छाओं का उत्पन्न होना बन्द हो जावे। यह

तो तुम्हें अभी होना नहीं है, इसलिए फिलहाल अपने दीक्षामन्त्र का 'उपासना–पद्धति' के नियमों का पालन करते हुए जप करते रहो, और दूसरे अवसरों पर भी यथाशक्ति हर घड़ी मन में जप करो। (पत्र सँख्या 203, पृष्ठ 316)

163

तुम्हारी बुद्धि में तथा तुम्हारी उम्र में कोई सम्बन्ध नहीं है। बुद्धि का उत्कर्ष तो इस बात पर निर्भर करता है कि किसी व्यक्ति ने अपने वर्तमान जीवन तथा पूर्व जीवनों से क्या कुछ सीखा है। (पत्र सँख्या 204, पृष्ठ 317)

164

सुबह के समय का सदुपयोग : सुबह का समय जप–ध्यान के लिए अच्छा होता है, मन कुछ शान्त होता है, इसलिए आसन पर बैठकर अधिक से अधिक समय नियमानुसार ध्यान–जप करती रहो। अगर तुम मन में अपने इष्टमन्त्र को हर घड़ी जपने का अभ्यास बना लेती हो तो तुम्हें अपने मन को शान्त करने के लिए और कुछ करना नहीं पड़ेगा। (पत्र सँख्या 204, पृष्ठ 317)

165

शुद्ध मन ही शुद्ध आत्मा : अपने मन के साथ तुम सम्बन्ध भी बना सकती हो, उससे बातें भी कर सकती हो, तुम्हें मालूम होगा शुद्ध मन ही शुद्ध आत्मा है, तुम्हारा शुद्ध मन तुम्हारी शुद्ध आत्मा है। इसी मन को इसके शुद्ध हो जाने पर तुम श्रीरामकृष्ण के रूप में, अपने आदर्श स्वरूप से जानोगी। (पत्र सँख्या 204, पृष्ठ 317)

166

हमारी अपनी सत्ता श्रीश्रीठाकुर की सत्ता से ही पूर्णतः ओतप्रोत है : बालक अपनी माँ से बिछुड़ तो गया है लेकिन उसकी माँ उसकी अपनी सत्ता में ओतप्रोत है, वह हरघड़ी माँ की ही बात सोचता रहता है। ठीक वैसे ही श्रीश्रीठाकुर के प्रति तुम्हारी प्रार्थनाओं के सम्बन्ध में समझो। तुम्हारी अपनी सत्ता श्रीश्रीठाकुर की सत्ता से ही पूर्णतः ओतप्रोत है, जैसे बालक की सत्ता उसकी माँ से। इस बात को तुम्हें समझना पड़ेगा, समझ जाओगे तो फिर उस बालक की तरह ही व्याकुल होकर पुकारोगे फिर तुम्हें एकाग्रता की तलाश में भटकना नहीं पड़ेगा। (पत्र सँख्या 207, पृष्ठ 321)

167

प्रभु के साथ हमारा स्वाभाविक सम्बन्ध है : प्रभु के साथ अपने सम्बन्धों को आनुष्ठानिक, औपचारिक न बनाकर, स्वाभाविक बनाओ। वास्तव में प्रभु तुम्हारे आदर्श स्वरूप है, अभी अगर तुम्हें समाधि लग जावे तो, पहले अपने आदर्श, शुद्ध, निर्मल, पवित्रतम स्वरूप का श्रीश्रीठाकुर के रूप में दर्शन करोगे, तब ही समाधि लगेगी। अभी फिलहाल हर घड़ी मन में प्रभु का नाम लेने के अभ्यास बना डालो। (पत्र सँख्या 207, पृष्ठ 321)

168

हमारी कामयाबी : सुख–दुःख लेकर ही जीवन बीतता है, तुमने अपने जीवनकाल में श्रीश्रीठाकुर का नाम लेने का अधिकार अर्जन कर लिया है, इसी में तुम्हारी कामयाबी रही है। पुरानी बातें भूल जाओगे, ज्यों ज्यों श्रीश्रीठाकुर की भावना से ओतप्रोत हो जाओगे, भरपूर हो जाओगे। मै तुम्हारे कल्याण के लिए हमारे प्रभु से, हमारी माँ से निरन्तर प्रार्थनाएँ करता रहा हूँ। (पत्र सँख्या 218, पृष्ठ 333)

169

संसार मरू मरीचिका के पानी की तरह अवास्तविक है : व्यावहारिक जगत् बड़ा कठिन है, इसीलिए तो साधु

सन्यासी, श्रीभगवान् के पार्षद, भक्त सभी संसार को छोड़कर भगवान को ही आश्रय बनाते हैं। तुम्हें करना कुछ नहीं है, प्रभु का केवल नाम लेती रहो और जगत् के तमाशे को देखती रहो, उसे ऐसे देखो जैसे कोई व्यक्ति जो जानता है कि मरीचिका या मृगतृष्णा क्या है वह मृगतृष्णा के पानी को अपनी आँखों से लगातार देखते रहने पर भी उसे वास्तविक नहीं मानता।(पत्र सँख्या 218, पृष्ठ 333)

170

कर्मयोग का मतलब है छोटे–बड़े किसी भी यथाप्राप्त कर्म करना, जैसे बच्चियाँ तुम्हारे यहाँ आती है, उनसे कोई तुम्हारा लगाव तो नहीं होता, फिर भी उनकी सेवा में किसी तरह की लापरवाही तो नहीं करती। नारायण–ज्ञान से, शिवज्ञान से ही तो उनकी सेवा करती हो। इसी प्रकार छोटे–बड़े किसी भी कर्म के प्रति उसी मनोयोग, उसी श्रद्धा का भाव रखना। ऐसे भाव कि जब कोई कर्म करो, उसी में पूरी लगन लगा दो। मजे कि बात है कि स्वामीजी ने जहाँ पूरे लगन का लगाने की बात कही है वहीं आवश्यकता होने पर सर्वस्व त्याग के लिए भी तत्पर रहने के लिए कहा है। (पत्र सँख्या 219, पृष्ठ 334)

171

कष्टों की आलोचना न करें : किसी बात को लेकर कष्ट हो तो उसे अपने दिमाग में जगह मत दो, कष्ट तो बराबर रहते नहीं लेकिन हम उनकी आलोचना करना पसंद करते हैं। कष्टों को भूलकर पढ़ाई में मन लगाओ, कष्ट भूल जाओगी। (पत्र सँख्या 222, पृष्ठ 337)

172

प्रभु में मन लगाओ : अपने जन्म–जन्मान्तरों से तुमने असंख्य शरीरों में जन्म लेकर जीवन को भिन्न–भिन्न रूपों में अनुभव किया है। जैसे कोई डरावना सपना देख कर नींद खुल जाने पर भी एक व्यक्ति डर से काँपता रहता है, वैसे ही पूर्व–पूर्व जन्मों के संस्कार हमारे इस जीवन की बुद्धि को प्रभावित करते रहते हैं। श्रीश्रीठाकुर के, श्रीश्रीमाँ के बारे में जितना अधिक हम अपने मन को लगाने में समर्थ होते हैं उतना ही मन शुद्ध पवित्र होता रहता है। (पत्र सँख्या 223, पृष्ठ 338)

173

श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ हमारे आदर्श है, आइना है : श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ आदर्श हैं और आदर्श आइने को कहते हैं जिसे देखकर हम अपने चेहरे को देखते हैं

और साफ करते रहते हैं या यूँ कहो चेहरा साफ होता रहता है। चूँकि इस मैल को हम बड़े चाव से दिनों, महीनों, सालों, जन्मों तक इकट्ठा करते रहते हैं, इसलिए दूर करने में देर हाती है, शायद इनसे लगाव भी हो गया है। अपने मन के साचों को देखते रहो और घटनाओं को भी। (पत्र सँख्या 223, पृष्ठ 338)

174

अनन्य प्रेम अद्वैत–साधना आदि के सम्बन्ध में...अभी माथापच्ची न करो। अपने इष्टमन्त्र का जहाँ तक हो सके मन लगाकर जप करते रहो। पहले जब जप करने में तुम्हें कष्ट नहीं, आनन्द का अनुभव होगा, फिर इन सब विषयों को लेकर तुम सोच सकते हो लेकिन अभी जरूरत नहीं होगी। जो नाव गंगा में बहती चली जा रही है, उस पर बैठे व्यक्ति को न गंगा की गहराई वगैराह जानने की जरूरत है, न सागर से उसकी दूरी की। (पत्र सँख्या 224, पृष्ठ 339)

175

मन्त्रवर्णों के अर्थ : निश्चिन्त होकर प्रेम से प्रभु का नाम लेते रहो। शरीर हिलने लगता है तो दो–चार मिनट के लिए चहलकदमी करो, फिर आसन पर बैठकर जप करो। मन्त्रवर्णों के अर्थ शब्दों के माध्यम से नहीं,

जप करते करते अपने अनुभव से तुम्हें मालूम पड़ेगा। (पत्र सँख्या 224, पृष्ठ 339)

176

तुम कौन हो? : श्रीश्रीठाकुर ने स्वामीजी के बारे में कहा था कि उसे जब पता लग जाएगा कि वह कौन है तो फिर वह नहीं रहेगा। ऐसा ही अपने सम्बन्ध में समझो। तुम कौन हो इस समझ की आवश्यकता होने पर यह समझ तुम्हें मिलेगी लेकिन तब तक जहाँ तक कर सको अपने संस्कारों के अनुसार, सुविधानुसार जगत् की सेवा करने में मन लगाओ। (पत्र सँख्या 226, पृष्ठ 341)

177

श्रीश्रीठाकुर हमारी अरूप आत्मा के ही रूप है : श्रीश्रीठाकुर को ही तुम भिन्न भिन्न रूपों में देखते हो, उन्हें तुम्हारी अरूप आत्मा के ही रूप ध्यान–जप आदि करते रहते हुए क्रमशः समझने लगोगे। निश्चिन्त रहो। राह पर निकल पड़े हो, लक्ष्य पर पहुँच जाओगे। (पत्र सँख्या 227, पृष्ठ 342)

178

निर्विषय शुद्ध मन ही नित्यता का अर्थ अनुभव कर सकता है : जब हम श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ जैसे व्यक्तियों

के सम्बन्ध में पढ़ते, सुनते हैं तो लगता है कि ये लोग नित्य होंगे, नित्य के सान्निध्य में होंगे, आदि। लेकिन जब तक श्रीश्रीठाकुर की तरह, उनके निर्विषय शुद्ध मन की तरह तुम्हारा मन शुद्ध निर्विषय नहीं हो जाता, तब तक नित्य की बातें करना निरर्थक है। अभी केवल अपने मन की गति को उसकी हरकतों को जहाँ तक हो सके हरघड़ी देखती रहो, परिवीक्षण करती रहो। इस तरह जैसे जैसे मन तुम्हारा शुद्ध होता रहेगा वैसे वैसे तुम नित्यता का अर्थ अनुभव करने लगोगी। ... तुम्हारे हृदयस्थ श्रीश्रीठाकुर तुम्हारे मन को शुद्ध करने में तुम्हारी मदद करते रहेंगे, निश्चिन्त रहो। (पत्र सँख्या 230, पृष्ठ 345)

179

गृहस्थ के प्रति : समस्याएँ नहीं तो संसार कैसा। शादी में फँसना पड़ा, ऐसा न लिखो, इससे तुम्हारी पत्नी का असम्मान होता है। वही तो घर की लक्ष्मी है, सावधान रहो उसे किसी तरह से कष्ट न पहुँचे। प्रभु से प्रार्थनाएँ करते रहो, उन्होंने ही कहा है व्याकुल होकर प्रार्थनाएँ करने पर वे उन्हें सुन लेते हैं। (पत्र सँख्या 231, पृष्ठ 346)

180

ध्यान–जप के लिए नियमित रूप से बैठे : निरन्तरता के साथ ध्यान–जप–उपासना नहीं कर पाते, कोई बात नहीं। जब तक मन चिन्ता शून्य निर्मल नहीं हो जाता तब तक ध्यान–जप तो होते ही नहीं इसलिए लोग ध्यान–जप के लिए नियमित रूप से बैठते हैं कि अपने विचारों से परिचित हों, गन्दे विचार मन से निकल जावें, जैसे पकड़ा गया चोर दुबारा उस घर में चोरी नहीं करता। गन्दे विचारों से मुक्त होने पर शुभ वासनाएँ जल्दी पूरी हो जाती हैं, फिर मन वासनामुक्त होकर निर्मल होता है। मन के निर्मल होने पर जप–ध्यान से मन में एकाग्रता होती है और निर्मलता की वृद्धि के साथ साथ एकाग्रता में भी वृद्धि होती है। लिखना तो आसान है, पढ़ना भी, लेकिन करने के लिए, आजमाने के लिए धैर्य और लगन की आवश्यकता है। इसलिए निरन्तरता भी आवश्यक है। (पत्र सँख्या 233, पृष्ठ 348)

181

ठाकुर के आगमन का प्रयोजन : श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ का आगमन इसलिए नहीं हुआ कि उनके नाम से मठ बनेंगे, मिशन बनेंगे। उनका आगमन इसलिए हुआ कि हम–तुम सभी उनके आचरणों को अपने जीवन में यथासम्भव उतारें। (पत्र सँख्या 233, पृष्ठ 348)

182

श्रीराम की कहानी : तुम जब अपनी चिट्ठी मुझे लिख रही थी तुमने ख्याल नहीं किया हमारे प्रभु तुम्हारे हृदय में बैठकर तुम्हारी हरकतों को देखते हुए मुस्करा रहे थे। प्रार्थनाएँ उनसे करो, वे सब कुछ जानते तो हैं फिर भी तुम्हारा रोना, गिड़गिड़ाना उन्हें पसन्द है। श्रीराम की कहानी श्रीश्रीठाकुर ने कहा है, कि पम्पा सरोवर में एक मेंढ़क रहता था जब श्रीराम ने अपना धनुष भूमि पर गाड़ा तो उसके नीचे आ गया। श्रीराम ने पूछने पर कि चिल्लाया क्यों नहीं, तो उसने कहा, जब देखा कि श्रीराम ही मार रहे हैं तो फिर किसे पुकारता? ऐसे ही कष्ट हो तो वे चाहते हैं कि उनसे कष्ट के बारे में कहा जाए। (पत्र सँख्या 234, पृष्ठ 349)

183

सचमुच हम कुछ नहीं करते : आगे तो बढ़ ही रही हो। उन्हें क्या नहीं मालूम कि तुम उनके सिवाय और कुछ नहीं चाहती? इसी निर्वासना में क्रमशः प्रतिष्ठित होती जाओगी फिर देखने लगोगी कि सचमुच तुम कुछ नहीं करती, सब कुछ तुमसे कराया जाता है। जैसे स्वामीजी ने कुछ नहीं किया, जो कुछ श्रीश्रीठाकुर ने कराया वही किया। (पत्र सँख्या 234, पृष्ठ 349)

184

व्यवहार एवं आचरण परिवर्तन :तुम्हें मानसिक कष्ट होने का कोई कारण नहीं है। शायद तुम चाहते हो कि रातों रात तुम्हें अपने आध्यात्मिक जीवन में सफलता मिले। फल वासना से रहित होना ही आध्यात्मिक जीवन बिताना है। इसलिए ध्यान में कैसी मूर्तियां देखते हो यह बड़ी बात नहीं है, बात तो यह है कि तुम्हारे व्यवहार में, तुम्हारे आचरणों में क्या परिवर्तन आता है। स्वामीजी ने यही कहा है। (पत्र सँख्या 237, पृष्ठ 352)

185

मन्त्र का अर्थ जानने की सोच : मन्त्र का अर्थ हमारे श्रीश्रीठाकुर है, उनका जीवन है, उनके उपदेश हैं, उनके आचरण हैं। वही तुम्हारे हृदय में समासीन तुम्हारे इष्टदेवता हैं जिन्हें मन्त्र के उच्चारण के जरिए तुम पुकार रहे हो, जैसे सोई हुई माँ को बच्चा जगाता है। माँ तो जगी ही है, उसकी रक्षा हर घड़ी कर रही है, पर बच्चे की सोच है, जैसे तुम्हारी, कि मन्त्र का अर्थ जानना चाहते हो। हर घड़ी जहाँ तक हो सके, प्रभु का नाम जपते रहो। नदी को समुद्र का अर्थ नहीं मालूम होता, लेकिन वह समुद्र तक पहुँच जाती है, समुद्र ही

बन जाती है। हर घड़ी जप करने में गिनतियाँ रखने की जरूरत नहीं है। (पत्र सँख्या 237, पृष्ठ 352)

186

'मैं हूँ' का एहसास : संसार का मतलब यही है कि तुम समझो कि इससे तुम्हारा लेना देना कुछ है नहीं। ज्यों ज्यों इस बात को समझोगी, अनुभव करोगी, त्यों त्यों तुम्हें यह भी एहसास होने लगेगा, मैं हूँ। लेकिन अगर पूछती हो कि 'मैं कौन हूँ, मैं क्या हूँ?' तो फिर प्रश्न बेबुनियाद होंगे, क्योंकि तुम्हारे सिवाय कुछ है ही नहीं। (पत्र सँख्या 240, पृष्ठ 356)

187

पुस्तकों को उनके मूल स्वरूप में पढ़ो, अनुवाद नहीं : स्वामीजी की पुस्तकों में पहले The Complete Works of Swami Vivekananda जो 8 खण्डों में उपलब्ध है, उन्हें अंग्रेजी में ही पढ़ो। अगर सोचते हो कि समझ नहीं पाओगे तो पहले हिन्दी में पढ़ लो फिर अंग्रेजी में पढ़ोगे। किसी एक लेक्चर, एक ही चिट्ठी आदि को पहले हिन्दी में पढ़ लो, फिर अंग्रेजी में पढ़ो। .... यह इसलिए कि हिन्दी में उन व्याख्यान वगैरह का अनुवाद औरों ने किया है लेकिन अंग्रेजी में पढ़ोगे तो स्वामीजी की बातों को सीधे समझ सकोगे। (पत्र सँख्या 242, पृष्ठ 358)

188

जप में मन लगने की प्रक्रिया : प्रभु का नाम जपने में पहले–पहल मन नहीं लगता है। लेकिन लगातार विधिवत बैठते रहने से मन से संकल्प–विकल्प करने का क्रम घटने लगता है और मन भी जप में लगने लगता है, इस तरह मन शुद्ध होने लगता है। संसार के संस्कारों को छोड़कर चिन्ताशून्य होने लगता है। फिर ऐसे शुद्ध मन में प्रभु के लिए जगह बनती है। (पत्र सँख्या 243, पृष्ठ 359)

189

दीक्षामंत्र को जपते रहना जरूरी : मरने की जरूरत नहीं है, दीक्षामंत्र को जपते रहने की जरूरत है। हर घड़ी जपते रहने की कोशिश करते रहो, प्रभु से अपनी मुश्किलों के लिए प्रार्थनाएँ करो। (पत्र सँख्या 243, पृष्ठ 359)

190

सन्देह व समस्याओं का निराकरण : जो चिट्ठियाँ मुझे लिखती हो उन्हें डाक में देने के पहले श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ को सुनाकर मुझे भेजा करो। फिर वे ही तुम्हारे मन के माध्यम से तुम्हारे प्रश्नों के उत्तर दे देंगे, समस्याओं का समाधान कर देंगे। फिर देखोगे कि तुम्हारे मन में कोई प्रश्न नहीं उठेगा, सन्देह न होगा।

समस्याएँ न होगी और तुम्हारा मन शुद्ध हो जायेगा फिर जो भी कर्म करोगी मन लगाकर करोगी। (पत्र सँख्या 246, पृष्ठ 362)

191

याद रखो, वे हमेशा तुम्हारे साथ हैं : अपने जीवन को सीधा–सादा बना डालो। अगर सुबह नींद खुल गई तो हाथ–मुँह धोकर कपड़े बदल कर श्रीश्रीठाकुर के पास बैठ कर ध्यान–जप करो। इसे लेकर परेशान न हो। समझो तुम कुछ भी नहीं कर रही हो, वे ही तुमसे करा रहे हैं। वे हमेशा तुम्हारे साथ हैं, याद रखो। यह भी याद रखो कि अगर तुम मानती हो तो वे तुम्हारे साथ हैं, अगर संशय होता है तो वे नहीं मिलेंगे। इसलिये यह तुम्हारी बुद्धि पर ही निर्भर है। यहाँ तक कि तुम्हारे गुरु के कहने पर भी तुम मान नहीं पाओगी कि वे तुम्हें चला रहे हैं। इसलिए हर घड़ी उनका नाम लेती रहो, हर बात उनसे सलाह लेकर करो, उनके चित्र को एकटक देखती रहो, यही रास्ता है। (पत्र सँख्या 247, पृष्ठ 363)

192

विद्यार्थियों के प्रति : पढ़ाई करने का लक्ष्य पढ़ाई करना है, पूरे लगन के साथ। अगर इसमें से अधिकांश लगन रिजल्ट पर ही केन्द्रित हो जावे तो फिर तुम्हारा मन

शंका, सन्देह आदि से भर कर दुर्बल हो जाएगा। पहाड़ी पर चढ़ने वाले अपनी नजर पहाड़ के शिखर पर नहीं रखते, अपने पाँवों पर रखते हैं और इस तरह सावधानी से चढ़ाई चढ़ते हैं। भय, सन्देह आदि को मन में जगह मत दो। जब भी पढ़ने बैठो श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ से प्रार्थना कर लो कि तुम्हारा मन पढ़ाई छोड़कर और कहीं भटक न जावे। भटक भी जाता है तो फिर उनका स्मरण करो, उनसे प्रार्थना करो। (पत्र सँख्या 247, पृष्ठ 363)

193

प्रभु की महिमा समझने लगी हो, अब इसी समझ को दृढ़ करना है। फिर देखोगी कि तुम कुछ भी नहीं करती, सब ही कुछ हो रहा है, तुम्हारे द्वारा ही हो रहा है लेकिन कराने वाले श्रीश्रीठाकुर है। (पत्र सँख्या 249, पृष्ठ 365)

194

हम उनके निकट से निकट होते जाएँगे : हम घड़ियाँ हैं, बेटरी वे हैं। वे चलाते हैं हम चलते हैं। श्रीश्रीठाकुर हर बात पर काली माँ की दुहाई देते थे। श्रीश्रीमाँ सारदा देवी, स्वामीजी महाराज वगैरह सभी श्रीश्रीठाकुर की दुहाई देते थे। उनका अनुभव था कि श्रीश्रीठाकुर ही स्वरूपतः परमात्मा हैं जिनकी उपस्थिति में वे जगत के

हित में लगे हैं। वैसे हमें भी समझना है। जैसे जैसे हमारी यह समझ पक्की होती जावेगी, वैसे ही हम उनके निकट से निकट होते जाएँगे। (पत्र सँख्या 251, पृष्ठ 367)

195

प्रत्येक कार्य की शुरूआत इष्टदेवता का स्मरण करके, उनकी स्पष्ट आज्ञा लेकर करो : कुछ भी खाओ तो पहले प्रभु का अपने इष्टदेवता का स्मरण करो फिर खाओ। क्रमशः इसे अपने प्रत्येक कार्य के साथ करो। कुछ भी करना हो तो अपने हृदयस्थ श्रीश्रीठाकुर से स्पष्ट आज्ञा लेकर करो, जैसे श्रीश्रीठाकुर श्रीश्रीकालीमाता से बात किये बिना कुछ भी नहीं करते थे। (पत्र सँख्या 252, पृष्ठ 368)

196

समझ की शुद्धि के लिए : अपनी समझ की शुद्धि के लिए लगातार दीर्घकाल तक, श्रद्धा के साथ श्रीश्रीठाकुर का नाम जपने की प्रक्रिया को विधिपूर्वक करते रहो। तुमने अपने काम–क्रोध आदि को इतना महत्व दे दिया है कि उनके चले जाने के बाद भी तुम उन्हें याद करते रहते हो कि 'काम आया था', 'क्रोध आया था' और फिर मुझे भी लिख डालते हो कि उपाय बताइये। (पत्र सँख्या 253, पृष्ठ 369)

197

सिर्फ आज्ञापालन : तुम्हारे बड़े लोग तुमसे जो कुछ कहे उनका पालन भर करते हुए चलो। फिर जब स्वयं ही बड़े हो जावोगे तब तक तुम्हारे हृदयस्थ श्रीश्रीठाकुर से तुम्हारा परिचय हो जावेगा, तब उन्हीं के आदेशों का पालन करते हुए चलोगे, जैसे स्वामीजी महाराज वगैरह किया करते थे। शान्ति, आनन्द वगैरह की बातें न करो, सिर्फ आज्ञापालन की बात करो। (पत्र सँख्या 254, पृष्ठ 370)

198

आदर्श–अनासक्त जीवन : अगर संसार में तुम आसक्त नहीं हो तो तुम निरासक्त होकर संसार की सेवा कर सकते हो। लेकिन संसार में अगर तुम प्रेम, भक्ति, श्रद्धा, सेवा वगैरह मिलने की आशा करते हो तो समझो तुम्हारी आसक्ति नहीं गई । श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, स्वामीजी महाराज, श्रीराम, श्रीकृष्ण आदि सभी ने संसार से किसी बात की अपेक्षा नहीं की, केवल लोगों की सेवा करते थे। हमारे मठ के साधु भी ऐसी ही सेवा करते रहते हैं। यही आदर्श जीवन है। समझ गए होंगे। (पत्र सँख्या 257, पृष्ठ 373)

199

हर घड़ी जप करो : जहाँ तक हो सके हर घड़ी नाम जपते रहने का अभ्यास करते रहो। फिर देखागे कि तुम्हारे प्रयास के बगैर ही तुम्हारा मन जप करने में लगा हुआ है। कोई विपत्ति आती है, मुश्किलों में फँसते हो तो मन अपने आप ही जप करने लगता है, देखा नहीं तुमने ? वैसा ही हर घड़ी करो। (पत्र सँख्या 258, पृष्ठ 374)

200

मन कैसे स्वच्छ हो: तुम्हारे हृदयस्थ श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ तुमसे तुम्हारे हाथ पकड़कर सारे कर्म करा रहे हैं, इस बुद्धि के साथ कर्म करो। स्वयं को उनके हाथों की पुतली समझो। पुतली खेलती नहीं है उसे लेकर बच्चे खेलते हैं। वैसे ही हमारे प्रभु, हमारी माँ तुम्हें लेकर, मुझे लेकर खेलते हैं, ऐसा समझो और निश्चिन्त रहो। ज्यों ज्यों इस बात की समझ पक्की होती जायगी, त्यों त्यों तुम्हारा मन स्वच्छ होता जायगा, जो तुम चाहती हो। (पत्र सँख्या 260, पृष्ठ 376)

201

मन्त्र दीक्षा–हमारे जीवन में एक नया मोड़ :अपने छोटे से जीवन की परिधि से जितनी जल्दी हो सके निकलो। तुम्हारी दीक्षा के साथ साथ, हमारे प्रभु का नाम लेने

का अधिकार तुम्हें मिलने के बाद से तुम्हारी जिन्दगी में एक नया मोड़ आया है। सुख या दुःख की बातों को भूल जाओ, भूल ही जाओगी, ज्यों ज्यों हमारे प्रभु अपनी इच्छानुसार तुम्हारी जिन्दगी को उनके ही चुने हुए पथ पर आगे लेकर चलेंगे फिर देखोगी कि सब कुछ होता जा रहा है और तुम कुछ भी नहीं कर रही हो, जैसे डेढ़–दो साल के बच्चे को उसकी माँ नहलाती है, खाना खिलाती है, और वह सिर घुमा–घुमा कर अपनी माँ की हरकतों को देखता रहता है। चिंता न करो। .... प्रभु का हाथ तुम्हारे सिर पर है। (पत्र सँख्या 261, पृष्ठ 377)

202

रोग की पहचान होना महत्वपूर्ण है : रोग की जब पहचान हो जाती है तो उसके आराम होने में देर नहीं लगती। तुमने जो बातें गिनाई हैं कि ये तुम्हारे दोष हैं, तो तुम्ही ने तो पहचान लिया है कि रोग क्या है। तो फिर चिन्ता किस बात की है? बात इतनी ही सी है कि रोग पुराना है, आराम होने में समय लगेगा। इसलिए इनके बारे में सोचना बन्द कर दो। .... मैं तुम्हारे कल्याण के लिए श्रीश्रीठाकुर से निरन्तर प्रार्थनाएँ करता रहता हूँ। (पत्र सँख्या 262, पृष्ठ 378)

203

मन का भय : भूत से डरने की क्या बात है? वे तो तुम्हारे मन के भय का ही बाहरी रूप है। उनसे न डरो। तथा तुम श्रीश्रीठाकुर के आश्रित हो, वे तुम्हारा कुछ बिगाड़ नहीं सकते। (पत्र सँख्या 263, पृष्ठ 379)

204

दीक्षा गुरु : वे (श्रीश्रीठाकुर) कहते थे कि गुरु केवल सच्चिदानन्द ही है। श्रीश्रीठाकुर की इस शिक्षा के अनुसार ही हम सब अन्तर्यामी आत्मा को ही गुरु जानते हैं, और श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के चित्र में जैसे उन्हीं अन्तर्यामी आत्मा का आविर्भाव देखते हैं, अपने दीक्षा गुरु में भी उसी अन्तर्यामी आत्मा का सशरीर आविर्भाव देखते हैं। (पत्र सँख्या 264, पृष्ठ 381)

205

पतितपावन श्रीश्रीठाकुर : तुमने अपने आप को पतित भला क्यों लिखा? तुम्हें पतितपावन ने स्वयं अपना नाम जपने का अधिकार सौंपा है, अगर तुम पतित होते तो यह कैसे सम्भव होता? अपने अधिकार को आजमाना, उसका प्रयोग करना, उसका आनन्द उठाना ही तुम्हारा काम है, उस अधिकार की रक्षा के लिए तुम्हारे कर्तव्यों का पालन करते रहना तुम्हारा काम है। (पत्र सँख्या 266, पृष्ठ 384)

206

एकमेव मार्ग : श्रीश्रीगुरु महाराजजी (श्रीश्रीठाकुर) की शरण में जाने के अलावा और कोई रास्ता नहीं है। सब प्रकार की आध्यात्मिक सम्पदा उन्हीं से मिलती है। अपनी प्रार्थनाओं के द्वारा उन्हें प्रसन्न करो। अधिक से अधिक जितना सम्भव हो सके उतने जप के द्वारा अपने जीवन का लक्ष्य उनको प्रसन्न करना ही है। (पत्र सँख्या 267, पृष्ठ 385)

207

एक (ईश्वर) साधे सब सधे : हम जिस वस्तु की इच्छा करते हैं वह हमें तभी प्राप्त होती है जब हमें वे (ईश्वर) प्राप्त होते हैं। उनके बिना कुछ भी सम्भव नहीं है। उनके ऊपर पूर्ण विश्वास रखो। आध्यात्मिक जीवन में बहुत ही बाधाएँ आती है किन्तु तुम उनसे भयभीत न होओ। अपनी मानसिक शक्ति को बढ़ाओ। तुम्हें अपने जीवन में आने वाले दुःखों से, उबरने के लिए शक्ति मिलेगी। उनके प्रति तुम्हारा प्यार बढ़ने से शान्ति भी प्राप्त होगी। (पत्र सँख्या 267, पृष्ठ 385)

208

हम अपनी तकलीफ को तपस्या जाने : जिसे तुम तकलीफ समझ रही हो, वही तुम्हारी तपस्या है और किस तरह से तपस्या करोगी? दुनिया का चेहरा तो

देख लिया तुमने, अब इन्हीं आँखों को श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के दर्शन के लिए तपस्या से शुद्ध, पवित्र बनाओ यही तुम्हारी तपस्या है। पैसे की चिन्ता न करो। वही समय प्रभु का नाम लेने में बिताओ। (पत्र सँख्या 268, पृष्ठ 386)

209

श्रीश्रीठाकुर अद्वैत है : श्रीश्रीमाँ ने कहा है, श्रीश्रीठाकुर अद्वैत है वही अद्वैत तुम्हारे शिव भगवान भी है। स्वामी विवेकानन्द अक्सर 'शिव, शिव' कहा करते थे। मारूतिनन्दन भी शिवावतार ही है। गायत्री उपासना स्वयं ठाकुर की ही उपासना है। श्रीश्रीठाकुर ने कभी सूर्य भगवान को दिखाकर कहा था, उसके साथ यहाँ का सम्बन्ध है। (पत्र सँख्या 268, पृष्ठ 386)

210

दीक्षा गुरु का हम सब के प्रति आशीर्वाद : मनुष्य जीवन का उद्देश्य ईश्वर दर्शन ही है। यह भक्ति के द्वारा बड़ी आसानी से प्राप्त होता है। ईश्वर अपने भक्तों की रक्षा करते हैं। भक्तों से ईश्वर प्रसन्न होते हैं। ईश्वर ही गुरु महाराज (श्रीश्रीरामकृष्ण) के रूप में आये हैं, आध्यात्मिक जीवन में तुम्हारा दीक्षित होना तुम्हारा सौभाग्य ही मानो। एक अच्छे तरीके से अध्यात्म जीवन जीने के लिए शारीरिक और मानसिक शक्ति दोनों का

होना आवश्यक है। गुरु महाराज जी से इसके लिए प्रार्थना करो। जीवन के सभी कार्यो को करते रहते हुए भी ईश्वर का दर्शन ही जीवन का उद्देश्य है। तुम अध्यात्म जीवन में आगे से आगे उन्नति करो यही मेरा आशीर्वाद है। (पत्र सँख्या 269, पृष्ठ 387)

211

श्रीश्रीठाकुर की पूजा : वह जो सर्वभूतान्तरात्मा, सर्वभूते''ु, गूढ़, सर्वव्यापी, साक्षी, चेता, सर्वभूताधिवास, कर्माध्यक्ष होकर भी एक ही देव है, निर्गुण है, हम हमारे श्रीश्रीठाकुर को उसी का मानव–स्वरूप जानकर उनकी पूजादि करते हैं। (पत्र सँख्या 270, पृ''ठ 388)

212

श्रीश्रीठाकुर ही भवरोग वैद्य है : श्रीश्रीठाकुर को तुम्हारे बारे में सब कुछ पता है। इसलिए तुम्हें अपने आध्यात्मिक जीवन के बारे में सोचने की आवश्यकता नहीं है। वे ही तुम्हें मेरे पास अपना नाम सुनाने के लिये लाये, इस बात को अगर मानती हो तो फिर बाकी जो कुछ जब जब करना होगा तुम्हीं से करवा लेंगे। मरीज हो, डाक्टर पर अपना इलाज छोड़ दो। उसी पर भरोसा रखो। श्रीश्रीठाकुर ही भवरोग वैद्य है, जानती तो हो। (पत्र सँख्या 271, पृष्ठ 389)

213

हमारी स्वतन्त्रता का सम्यक अर्थ : जैसे जीवमात्र ही स्वरूपतः ब्रह्म है, परमात्मा है इसलिए वह पूरी तरह स्वतन्त्र भी है। लेकिन 'स्वतन्त्र' शब्द में 'स्व' शब्द का अर्थ ही आत्मा है, परमात्मा है, ब्रह्म है और 'तन्त्र' का मतलब अधीनत्व है, यानी स्वतन्त्र का अर्थ अपने हृदयस्थ आत्मा के अनुशासन के अधीन होना है। तुम भी इसी तरह स्वतन्त्र हो, पूर्ण हो, निर्मल हो। (पत्र सँख्या 275, पृष्ठ 393)

214

ठाकुर–माँ एक ही है :श्रीश्रीमाँ का नाम अलग से जपने की जरूरत नहीं, क्या वे अलग थे? श्रीश्रीठाकुर को ही अपनी सारदा–माँ समझो। श्रीश्रीमाँ को भी आनन्द होगा जब वह देखेंगी कि तुम एकनिष्ठ होकर श्रीश्रीठाकुर ही का नाम जप कर रही हो। (पत्र सँख्या 279, पृष्ठ 399)

215

अन्तर्यामी श्रीश्रीठाकुर से सम्बन्ध बढ़ाओ : समझो तुम्हारे हृदय में अवस्थित तुम्हारे अति निकट, तुम्हारे आत्मीय, तुम्हारा परमात्मा, तुम्हारा अन्तर्यामी हर घड़ी तुम्हारे हरेक कार्य को, सोच पर नजर लगाए है, उनका नियन्त्रण करते हैं। इसलिए समझ लो कि जो कुछ

करते हो वही तुमसे कराते हैं लेकिन चूँकि तुम उनकी भाषा, उनके स्वभाव आदि से परिचित नहीं हो इसलिए कभी कभी वो कहते कुछ और है और तुम करते कुछ और हो। उनसे सम्बन्ध बढ़ाओ, उन्हीं को श्रीश्रीठाकुर समझो। श्रीश्रीठाकुर को ही अपना अंतर्यामी समझो और उनसे इसी तरह का व्यवहार करो, जैसे एक बच्चा अपनी माँ से करता है। (पत्र सँख्या 284, पृष्ठ 404)

216

हमारे अन्तर्यामी अनुभवी वैद्य : मैंने तुम्हें श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ के हवाले कर दिया है जो कि तुम्हारे हृदय में ही विराजमान हैं, उन्हीं से सम्पर्क बनाओ तो तुम्हारा जीवन सार्थक हो जावेगा। .... तुम्हारे अन्तर्यामी अनुभवी वैद्य की भाँति जानते हैं कि किस मरीज को कैसी दवा कब देनी है। इसलिए यथा समय तुम्हारी कामनाएँ पूरी होंगी, अगर तुम ही उनका त्याग न कर देते हो। (पत्र सँख्या 286, पृष्ठ 406)

217

काम–काँचन का त्याग : अभी जो तुम्हारा जीवन है वह तुम्हारी पूर्व कामनाओं का ही फल है। हम अपनी–अपनी बुद्धि के अनुसार कामना करते हैं। इसीलिए तुम अपनी बुद्धि के अनुसार अपने भविष्य को गढ़ना चाहती हो, लेकिन जब वहाँ पहुँचोगी तब तक

तुम्हारी बुद्धि और निर्मल, साफ हो चुकी होगी। उस वक्त सोचोगी कि यह सब मैंने श्रीश्रीठाकुरजी से क्या–कुछ माँगा था। इसीलिए श्रीश्रीठाकुर ने काम–काँचन का त्याग करने को कहा। (पत्र सँख्या 289, पृष्ठ 409)

218

कुछ माँगो नहीं : कामनाओं का त्याग हो जाने पर नई कामनाओं के अभाव में तुम्हारा हृदय उत्तरोत्तर श्रीश्रीठाकुर के लिए जगह बनाता है लेकिन संसार में रहकर अपनी पुरानी कामनाओं का फल तुम्हें भोगना पड़ता है। इसलिए कुछ माँगो नहीं। उन्हें ही हृदय में बिठाओ। मैं उनसे तुम्हारे लिए प्रार्थनाएँ कर रहा हूँ। (पत्र सँख्या 289, पृष्ठ 409)

219

सांसारिक वृत्तियों का निवारण : तुम्हारे मन्त्र का अर्थ तुम्हारे इष्टदेवता ही हैं। उनका नाम लेना उनका स्मरण ही करना है और हरेक स्मरण तुम्हारे मन से सांसारिक वृत्तियों का एक–एक करके निवारण करता है, तुम्हें निर्मल बनाता है, शुद्ध करता है। (पत्र सँख्या 290, पृष्ठ 410)

220

किसी के दोष मत देखो : अन्याय करने वाले लोगों की चिन्ता तुम न करो। श्रीश्रीमाँ ने कहा है, किसी के दोष मत देखो। माँ ने भला ऐसा क्यों कहा। वह इसलिए कि दोष दर्शन करते रहने से दोष दर्शन करने वाले के मन में दोष का एक ऐसा संस्कार पड़ जाता है कि वह संस्कार उसे वैसा ही दोषपूर्ण कर्म करने को बाध्य करता है, वह इससे बच नहीं सकता। दोष करने वाले की सजा उसे अपने आप ही, अपने कर्म संस्कार के फल के रूप में मिल जाती है।(पत्र सँख्या 293, पृष्ठ 413)

221

मन को एक साफ–सुथरा मन्दिर–सा बना लो : निरन्तर प्रभु का नाम करते रहने से प्रभु उनके प्रति तुम्हारे लगाव को समझेंगे और तभी मन की बुरी भावनाएँ चली जायेंगी, सद्‌भावनाएँ पूरी हो जायेंगी और तुम्हारा मन प्रभु के निवास के लायक एक साफ–सुथरा मन्दिर–सा बन जायेगा। (पत्र सँख्या 294, पृष्ठ 416)

हमारा–तुम्हारा काम : तुम्हारा काम केवल प्रभु का नाम लेते रहना है। जैसे नियमपूर्वक तुम्हें बताया गया है उसके अलावा भी, जहाँ तक कर सको हर घड़ी मन में प्रभु का नाम जपो, जब भी मन में इधर–उधर की बातें उभरें या जब कभी श्रीश्रीठाकुर या श्रीश्रीमाँ की

तस्वीरों पर नजर चली जावे तो प्रभु का नाम लगातार जपती रहो। (पत्र सँख्या 295, पृष्ठ 417)

222

आप सदैव अपने इष्टदेवता की नजर में है : तुम्हारे हृदय के मध्य तुम्हारे इष्टदेवता बैठकर दिनभर, रातभर, हर घड़ी, तुम्हारी हरेक हरकत पर नजर रखे हुए हैं और ऐसा समझो उनकी सहमति उनकी सम्मति के अलावा तुम कुछ भी नहीं कर सकती। कहीं गाड़ी से जाना चाहती हो। तब अगर प्रभु की सम्मति न हो तो देखोगी, रवाना होने से पहले गाड़ी खराब हो जाती है। इसलिए दिनभर रातभर कभी भी मौका मिले श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ की तस्वीरों पर नजर पड़े, या मन में कोई उल्टी सीधी बात सता रही हो, तब मन ही मन प्रभु का नाम जपना शरू कर दो। जब भी प्रभु का स्मरण हो नाम जप करो, इष्टमन्त्र का मन में जप करो, गिनतियाँ रखने की जरूरत नहीं। (पत्र सँख्या 297, पृष्ठ 420)

223

सत्ययुग का प्रारम्भ : भारतवर्ष को धर्मक्षेत्र कहा गया है। सत्ययुग का उल्लेख हमारे शास्त्रों में ही मिलता है। त्रेतायुग में श्रीरामचन्द्र अवतीर्ण हुए, द्वापर युग में श्रीकृष्ण भगवान। फिर कलियुग में ही गौतम बुद्ध, फिर

मुहम्मद और ईसामसीह फिर श्रीचैतन्य। कलियुग के अन्त में श्रीश्रीठाकुर ने सत्ययुग का प्रारम्भ किया। (पत्र सँख्या 300, पृष्ठ 425)

224

तुम्हें दिव्य दृष्टि मिल गई है : यह जो तुम्हारे मन में लड़ाई चल रही है और तुम संजय की तरह मुझे वर्णन कर रही हो, इसका मतलब यही है कि तुम्हें दिव्य दृष्टि मिल गई है। तुम रणक्षेत्र में मौजूद रहकर भी लड़ाई से अलग रहकर लड़ाई देख रही हो। इसी तरह कुछ काल और देखती रहो, लड़ाई रूक जाएगी, शत्रु का विनाश, दुष्कर्मियों का विनाश होगा, धर्म का यानी श्रीभगवान की संस्थापना होगी। लोगों की बातों पर ध्यान न दो, लोग अक्सर बड़े दुःखी होते हैं, कहाँ तुम उन्हें हँसकर संभालोगी, और कहाँ खुद ही रोने लगती हो। (पत्र सँख्या 300, पृष्ठ 426)

225

धर्मी–अधर्मी किसी के जीवन में दुःख का अभाव नहीं होता है : श्रीश्रीठाकुर ने कहा है कि किसी प्रदीप के प्रकाश में कोई एक व्यक्ति किसी धर्मग्रन्थ का पाठ कर सकता है और एक दूसरा व्यक्ति जाली नोट बनाने का धन्धा कर सकता है, वैसे ही संसार में दो तरह के लोग हैं। एक तो श्रीभगवान के शरण में रहकर धर्म

का अनुसरण करते हुए जीवन बिताते है और दूसरे, धर्म का, रीति–नीतियों का उल्लंघन करते हुए जीवन व्यतीत करते हैं, लेकिन दुःख का अभाव दोनों के जीवन में बिल्कुल नहीं होता। यह बात तो तुम्हें मालूम ही है, इसलिए ऐसे समझो की दुःख ही हमें धर्म की ओर श्रीभगवान के श्रीचरणों की ओर ले जाता है। (पत्र सँख्या 302, पृष्ठ 428–429)

226

दुःख के अनुभव : भगवती सीता, कुन्ती, द्रौपदी, श्रीश्रीमाँ सारदा, विदुर और पाण्डवों के जीवन के दुःख की तरफ नजर करोगे तो देखोगे कि दुःख सहते रहना ही, श्रीभगवान का लाभ करना है। स्वामी विवेकानन्द के जीवन के दुःख के अनुभवों को देखो, लेकिन वे उन दुःखों के बावजूद जगत की, श्रीश्रीठाकुर की सेवा करते रहने से विमुख कभी न हुए, दुःख को रहने दो, गरीबी को रहने दो। अपना ध्यान अपने इष्टदेवता पर रखो, संसार के झमेलों में भी उनकी उपस्थिति, उनकी सहायता का अनुभव करो, प्रार्थनापूर्ण जीवन बिताओ, वे तुम्हारे हृदय में सदा ही विराजमान है। निश्चिन्त रहो। (पत्र सँख्या 302, पृष्ठ 429)

227

प्रश्नों के उत्तर :'उपासना–पद्धति' में बताई गई विधियों का पालन यथा सम्भव करते हुए जप–ध्यान की चेष्टा करते हुए जिस पथ पर चल रहे हो उसी पर चलते रहो। श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ तथा स्वामीजी महाराज की पुस्तकों का सुविधानुसार अध्ययन करते रहोगे तो कुछ वर्षों में तुम्हें तुम्हारे प्रश्नों के उत्तर मिल जाएँगे। संसार को त्यागने के लिए सांसारिक अनुभव बहुत ही आवश्यक है, वरना त्याग नहीं हो पाता। (पत्र सँख्या 307, पृष्ठ 435)

228

हमें किसी को सुधारना नहीं है : तुम्हें तुम्हारे क्लास की लड़कियों को सुधारना नहीं है। अपने जीवन को उनके सामने रखना है जैसे एक दुकानदार अपने सामान ग्राहकों के लिए फैला देता हैं और ग्राहक अपनी रुचि, अपनी बुद्धि, अपने सामर्थ्य के अनुसार अपना माल खरीदता है, और तुम्हें मालूम ही है कि सौदा जितना कीमती होता है, उसके ग्राहक भी कम होते हैं। वैसे यहाँ भी समझो। हीरे के व्यापारी को महीने दो महीने में शायद एक ग्राहक मिलता है, इसलिए अपने क्लास या कॉलेज के लोगों से परेशान न होओ। उनकी चिन्ता करने की जगह पर श्रीश्रीठाकुर,

श्रीश्रीमाँ के जीवन के बारे में सोचो। (पत्र सँख्या 306, पृष्ठ 434)

229

तुम्हें तुम्हारे प्रश्नों के उत्तर मिल जाएँगेः 'उपासना–पद्धति' में बताई गई विधियों का पालन यथासम्भव करते हुए जप–ध्यान की चेष्टा करते हुए जिस पथ पर चल रहे हो उसी पर चलते रहो। श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ तथा स्वामीजी महाराज की पुस्तकों का सुविधानुसार अध्ययन करते रहोगे तो कुछ वर्षों में तुम्हें तुम्हारे प्रश्नों के उत्तर मिल जाएँगे। संसार को त्यागने के लिए सांसारिक अनुभव बहुत ही आवश्यक है, वरना त्याग नहीं हो पाता। (पत्र सँख्या 307, पृष्ठ 435)

230

भावावेग को संभालो : श्रीश्रीमाँ ने ... कहा है कि भावावेग को बुद्धि के प्रयोग से रोको। किसी ने पूछा कि अगर भावावेग इतना तीव्र हो कि रोकना मुश्किल हो, तो माँ ने कहा था कि जिसका भावावेग जितना तीव्र होगा उसे रोकने की शक्ति भी उसी के पास उतनी ही तीव्र होगी। बात तो यही है कि प्रभु के लिए मैं रोया, इस भावना में आत्मतुष्टि की एक भावना छिपी रहती है। यदि साधक को यह बात मालूम नहीं है तो

उसे 'मैं प्रभु के लिए रोता हूँ' ऐसी भावना बड़ी सुखद होगी। लेकिन चित्तशुद्धि के लिए उसे आत्मतुष्टि से मुक्त होना अति आवश्यक है। जब बहुत रोना आता है तो प्रभु को मनाओ कि वे तुम्हें सम्हालें। (पत्र सँख्या 308, पृष्ठ 437)

231

दासोहम् : अपने आप को श्रीश्रीठाकुर के हाथों का यंत्र समझो, फिर अपना जीवन सार्थक रहा या व्यर्थ, इन बातों की चिन्ता तुम्हें नहीं होगी। कहो, मैं तो तुम्हारा दास, जनम जनम को। (पत्र सँख्या 308, पृष्ठ 437)

232

साधुओं की साधुता : श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, स्वामीजी महाराज जैसे आश्रम के मन्दिर में है, वैसे ही उनका पूर्ण अधिकार तुम्हारे हृदय पर भी है, ऐसा समझो। इस बात को, इस सत्य को गहराई के साथ समझ पाना ही साधुओं की साधुता है ऐसा समझो और इस सत्य की गहराइयों में ज्यों–ज्यों उतरोगे त्यों–त्यों तुम्हारे चरित्र में बुद्धि का प्रकाश होगा जिसके फलस्वरूप श्रीश्रीठाकुर के हाथों में तुम एक यन्त्र के समान काम करोगे। मैं श्रीश्रीठाकुर से प्रार्थनाएँ करता रहता हूँ कि वे तुम्हें इसके लायक बनावें। (पत्र सँख्या 309, पृष्ठ 438)

233

'संकल्प' शब्द का अर्थ : 'संकल्प' शब्द का अर्थ ही यह है 'सम्यक कल्पना', लेकिन अंग्रेजों से तुमने सीखा है कल्पना का अर्थ 'imagination' 'fancy' है, ख्याल है, मगर कल्पना का मतलब 'सामर्थ्य' है, शक्ति है –imagination वगैरह नहीं, तुमने पढ़ा होगा 'and God said' 'Let there be light' & and There was light संकल्प इसी प्रकार का होता है। (पत्र सँख्या 310, पृष्ठ 440)

234

नवदीक्षितों के प्रति : अभी तुम्हारी दीक्षा हुई है, फिलहाल 'उपासना–पद्धति' के नियमों का पालन करते रहना ही तुम्हारा काम है। अभी इन नियमों के पालन के साथ साथ अपने दैनन्दिन कर्म भी करते रहो और यह समझो कि तुम अपने पूर्व पुण्यों के फलस्वरूप ही प्रभु का नाम जपने का अधिकारी बन पाये हो। (पत्र सँख्या 312, पृष्ठ 444)

235

सन्तान के प्रति कर्तव्य का निर्वहन आध्यात्मिक उन्नति में बाधक नहीं : अपनी आध्यात्मिक उन्नति चाहती हो लेकिन तुम्हारा कर्तव्य फिलहाल अपनी दो बेटियों की अत्यन्त धैर्य के साथ सेवा करते रहना है। तुम्हारे सारे

तनाव अभी श्रीश्रीठाकुर के पास जमा कर दो। वे तुम्हें जिस तरह परिचालित करें उसके लिए ही उनका आभार मानों, फिर वे आगे जैसे करवाएँगे, वैसे ही करोगी। तनाव किस बात का? प्रभु पर निर्भर नहीं करती हो क्या? अगर करती हो तो तनाव क्यों? (पत्र सँख्या 313, पृष्ठ 445)

236

तुम नादान : श्रीश्रीठाकुर तुम्हारे हृदय के अभ्यन्तर में बैठकर तुम्हें परिचालित करते रहे हैं, इसलिए तुम्हें बराबर शान्ति मिलती रही है लेकिन तुम नादान उसे समझ नहीं पा रही हो, अब कुछ कुछ समझने लगी हो, आगे और भी अच्छी तरह समझने लगोगी। मैं उनसे निरन्तर यही प्रार्थनाएँ करता रहता हूँ कि वे तुम्हें ऐसी सद्बुद्धि प्रदान करें। (पत्र सँख्या 314, पृष्ठ 446)

237

वर्तमान काल की महिमाः यह काल श्रीश्रीठाकुर–माँ–स्वामीजी का है निश्चिन्त रहो। अपनी परीक्षा को ही जीवन का लक्ष्य न बनाओ। जो कुछ भी तुम्हारे चारों ओर होता रहता है उसे देखते रहो और जो कुछ भी कर रहे होते हो तो उन्हें समझो कि

तुम्हारी अन्तरात्मा में, श्रीश्रीठाकुर की अपनी इच्छा से तुमसे कराये जा रहे हैं। (पत्र सँख्या 315, पृष्ठ 447)
कर्तापन हटा लो : क्रोध, तम्बाकू आदि छोड़ने की आवश्यकता नहीं है। तुम अपना कर्तापन हटा लो तो वे स्वतः छूट जायेंगे। प्रभु का नाम लेने मे मन लगाओ। जैसे छोटा बच्चा जब 'अ''आ'– आदि लिखना सीख रहा होता है, फिर वह पूरे मन से उन अक्षरों को लिखने लगता है और कुछ दिनों में अनायास लिख लेता है वैसे ही प्रभु का नाम लेने में पूरा मन लगाओ, उनमें मन लग गया तो समझो जगत ही छूट जायेगा। (पत्र सँख्या 320, पृष्ठ 452)

238

सैर सपाटे : सैर सपाटों से मन का संयम घटता रहता है। यह संसार मौज के लिए नहीं है। यहाँ अपना जीवन दूसरों को अपना समझ कर उनकी सेवा में बिताना है। इसलिए फिलहाल अपने आप को तैयार करो। अधिकांश लोगों से जप–ध्यान नियमित रूप से होता तो नहीं है, फिर भी नियम का ही पालन करते हैं। श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ पर निर्भर रहो। (पत्र सँख्या 323, पृष्ठ 455)

239

श्रीश्रीठाकुर मानो वृक्ष के मूल : मेरे साथ या स्वामी विरजानन्द के साथ समय बिताने की इच्छा क्या श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के साथ अधिकाधिक समय बिताने की इच्छा से अधिक अच्छी है जो तुम्हें सदा उपलब्ध है, तुम्हारे हृदय में सदा विराजमान है, तुम्हें हरघड़ी हाथ पकड़कर संसार के सारे अनुभवों से गुजरने में सहायता कर रहे हैं? ऐसी भूल न करो। श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ पर ही पूरी तरह निर्भर रहो। वृक्ष के मूल पर ही पानी देने से उस वृक्ष की पुष्टि होती है, उसकी डालियों, पत्तियों को सींचने से नहीं। मूल श्रीश्रीठाकुर है, उन्हीं पर मन को केन्द्रित करो। (पत्र सँख्या 324, पृष्ठ 456)

240

मन से जो युक्त, वह योगी : अब से संकल्प करो अपने मन की हर बात को मान कर चलोगे। यही धर्म है। अपने मन की बातों को सुनकर उसके अनुसार जो चलता है वह धार्मिक है, मन से जो युक्त है वह योगी है। श्रीश्रीठाकुर हर बात माँ काली से पूछते थे, तुम्हें मालूम होगा। मन की बातों को सुनते हुए, उनका पालन करते हुए तुम भी देखोगे कि वही तुम्हारी आत्मा है, तुम्हारा इष्ट देवता है, तुम्हारे श्रीश्रीठाकुर है। जैसा मैंने लिखा है करना, अगर कर पाते हो तो

तुम्हारा मन ही तुम्हारे लिए सब कुछ करेगा। (पत्र सँख्या 326, पृष्ठ 460)

241

मन पर नियन्त्रण : हर घड़ी अगर मन ही मन अपने इष्ट देवता का नाम जपने का अभ्यास कर लोगे तो तुम्हारे मन पर भी तुम्हारा नियन्त्रण आता रहेगा। (पत्र सँख्या 328, पृष्ठ 462)

242

सोच को बदलो : तुम्हारा मन तो उसके अपने स्वभाव से ही स्वच्छ है, साफ है, निर्मल है, शुद्ध है, सच्चिदानन्द स्वरूप है। यह तो तुम्हारी सोच ही है कि तुम सोचते हो कि तुम्हारा मन चंचल है। आज ही इस सोच को बदल डालो और फिर देखो कि श्रीश्रीठाकुर क्या तुम्हारे मन को तुम्हारे इष्ट मन्त्र को जपते रहने के योग्य समझते, अगर उन्हें मालूम होता कि तुम्हारा मन चंचल है? ऐसा न सोचो। श्रीश्रीठाकुर के बारे में सोचो, वहीं तुम्हें तुम्हारे मन के शुद्ध रूप से तुम्हें परिचित करायेगा। (पत्र सँख्या 332, पृष्ठ 466)

243

विवेकानन्द साहित्य (The Complete works of Swami Vivekananda) में सभी मानवीय समस्याओं का समाधान निहित : तुम स्वामी विवेकानन्द महाराज के व्याख्यान, पत्रों तथा लेखों के संकलन को हर रोज पढ़ा करो। वहीं तुम्हें तुम्हारी समस्याओं का समाधान मिल जायेगा। .... समझो कि यह केवल एक कहानी ही नहीं है कि श्रीश्रीठाकुर ने स्वामीजी महाराज को अपने काम के लिए नियोजित किया था। (पत्र सँख्या 333, पृष्ठ 467)

244

फलकामना से रहित हो जाओ : तुम्हें मानसिक कष्ट होने के कोई कारण नहीं। सम्भवतः तुम चाहते हो कि रातों रात तुम्हें अपने आध्यात्मिक जीवन में सफलता मिले। फलकामना से रहित होना ही आध्यात्मिक जीवन बिताना है। इसलिए ध्यान में कैसी मूर्तियाँ देखते हो यह बड़ी बात नहीं है, बात तो यह है कि तुम्हारे व्यवहार में, तुम्हारे आचरणों में क्या परिवर्तन आता है। (पत्र सँख्या 337, पृष्ठ 471)

245

मन्त्र का अर्थ : मन्त्र का अर्थ हमारे श्रीश्रीठाकुर है उनका जीवन है, उनके उपदेश है, उनके आचरण है।

वहीं तुम्हारे हृदय में समासीन तम्हारे इष्ट देवता है जिन्हें मन्त्र के उच्चारण के माध्यम से तुम पुकार रहे हो, जैसे सोयी हुई माँ को बच्चा जगाता है। माँ तो जागी हुई ही है उसकी रक्षा हर घड़ी कर रही है पर जैस बच्चे की सोच है वैसे ही तुम्हारी भी, मन्त्र का अर्थ जानना चाहते हो। प्रत्येक क्षण जहाँ तक हो सके जब भी प्रभु का नाम स्मरण आए, चलते फिरते, प्रत्येक कार्य करते हुए, प्रभु का नाम जपते रहो। नदी को समुद्र का अर्थ नहीं मालूम होता, लेकिन वह वहाँ पहुँच ही जाती है, समुद्र ही बन जाती है। प्रत्येक क्षण जप करने में गणना करने की जरूरत नहीं है। (पत्र सँख्या 337, पृष्ठ 471–72)

246

सबसे बड़ी बात : अभी अभी तुमने श्रीश्रीठाकुर का नाम लेना प्रारम्भ किया है इसलिए समस्याओं को समस्यायें न समझो। वे तो तुम्हारी प्रतीतियाँ है। श्रीश्रीठाकुर ने अपना नाम जपने के लिए तुम्हें योग्य समझा है यही सबसे बड़ी बात है। अपनी साधना इत्यादि के सम्बन्ध में गुरु के अतिरिक्त किसी से भी चर्चा न करो। (पत्र सँख्या 338, पृष्ठ 473)

247

तुम्हारी अपनी अरूप आत्मा के रूप है श्रीश्रीठाकुर : श्रीश्रीठाकुर को ही तुम भिन्न–भिन्न रूपों में देखते हो और उन सभी रूपों को तुम तम्हारी ही अरूप आत्मा के रूप समझो। ध्यान–जप आदि करते रहते हुए क्रमशः समझने लगोगे। निश्चिन्त रहो। राह पर निकल पड़े हो तो लक्ष्य पर पहुँच ही जाओगे। (पत्र सँख्या 339, पृष्ठ 474)

248

ठाकुर–माँ के जीवन–चरित्र का खुब चिन्तन/ध्यान करो : अपने जन्म–जन्मान्तरों में तुमने असंख्य शरीरों में जन्म लेकर जीवन के भिन्न भिन्न रूपों का अनुभव किया है। जैसे कोई डरावना सपना देखकर नींद खुल जाने पर भी वह व्यक्ति काँपता रहता है। वैसे ही पूर्व पूर्व जन्मों के संस्कार हमारे इस जीवन की बुद्धि को प्रभावित करते रहते हैं। श्रीश्रीठाकुर के, श्रीश्रीमाँ के जीवन–चरित्र के बारे में जितना अधिक हम चिन्तन/ध्यान करने में समर्थ होते हैं उतना ही हमारा मन शुद्ध और पवित्र होता रहता है। (पत्र सँख्या 340, पृष्ठ 476)

249

ठाकुर–माँ रूपी आदर्श दर्पण में आत्मनिरीक्षण : श्रीश्रीमाँ, श्रीश्रीठाकुर हमारे आदर्श हैं और आदर्श दर्पण को भी कहते है। जिसे देखकर हम अपने चेहरे को देखते हैं और साफ करते रहते है या यूँ कहे कि चेहरा साफ होता रहता है। चूंकि इन मैलों को गन्दगियों को बड़े चाव से दिनों, महिनों, सालों, जन्मों से एकत्रित करते रहे हैं। इसीलिए इन्हें दूर करने मे देर लगती है शायद इनसे हमारा लगाव भी हो गया है। अतः तुम अपने मन के इन चिन्तनों को और घटनाओं को भी देखते रहो। (पत्र सँख्या 340, पृष्ठ 476)

250

स्वामी विवेकानन्द का कर्मयोग : कर्मयोग का मतलब है कि मन छोटे बड़े किसी भी यथा प्राप्त कर्म को – जैसे बच्चियाँ तुम्हारे पास आती है, उनसे तुम्हारा कोई लगाव नहीं होता है फिर भी तुम उनकी सेवा में किसी तरह की लापरवाही तो नहीं करती, नारायण ज्ञान से शिवज्ञान से ही तो उनकी सेवा करती हो। इसी प्रकार छोटे बड़े किसी भी कर्म के प्रति उसी मनोयोग, इसी श्रद्धा के भाव को बनाये रखना। ऐसे भाव को जब कोई कर्म करो, उसी में पूरी लगन लगा दो। मजे की बात है कि स्वामीजी ने जहाँ पूरे लगन लगाने की बात की है वहीं आवश्यकता होने पर सर्वस्व त्याग के लिए

तत्पर रहने के लिए कहा है। (पत्र सँख्या 341, पृष्ठ 477)

251

स्वप्न और भाव समाधि : स्वप्न और भाव समाधि में अन्तर तो इतना ही है कि स्वप्न में तुम्हारे हृदय में भले–बुरे दोनों संस्कार होते हैं और भाव समाधि में केवल शुद्ध ही। जैसे गन्दे पानी को छोड़ देने पर उसका मैल नीचे बैठ जाता है और ऊपर का पानी शुद्ध दिखाई पड़ता है। मन की ऐसी अवस्था में भाव समाधि लगती है लेकिन वे खतरे से खाली नहीं होती। (पत्र सँख्या 343, पृष्ठ 479)

252

आनन्द सागर का पता : प्रत्येक काम के बीच, प्रभु का नाम जप करती रहो। ऐसे जप में गिनती रखने की जरूरत नहीं है। ऐसे जप करने का अभ्यास डालोगी तो फिर तुम्हारा मन साफ होता जायेगा, शुद्ध होता जायेगा। .... आनन्दसागर क्या होता है, तुम्हें तभी पता चलेगा जब ऐसा अभ्यास कर लोगी और देखोगी कि तुम्हारे प्रयास के बिना ही तुम्हारा मन श्रीश्रीठाकुर का नाम जप रहा है। (पत्र सँख्या 345, पृष्ठ 481)

253

सेवा ही तपस्या, सेवा ही साधना : अपने संसार के लोगों की सेवा करना ही अपनी तपस्या, अपनी साधना समझो। संसार के लोग ही तुम्हारे लिए नारायण स्वरूप है। तुम तो समझती ही हो कि इन जीते–जागते नारायणों की सेवा में थोड़ी भी कमी हो जाने पर ये कितने बिगड़ जाते हैं। इसलिए इनकी सेवा बहुत सावधान होकर करो। इसी से मन एकाग्र होता जायेगा। (पत्र सँख्या 347, पृष्ठ 483)

254

ठाकुर–माँ का हमारे प्रति प्रेम अतुलनीय है: श्रीश्रीठाकुर का, श्रीश्रीमाँ का तुम पर जो प्रेम है उसकी तुलना में उनसे तुम्हारे प्रेम की तुलना हो सकती है क्या? वे तुम्हारे लिए जितना व्याकुल हैं, उसके आगे तुम्हारी व्याकुलता को क्या व्याकुलता कहोगी? माँ अपने बच्चे के लिए जितना व्याकुल होती है, बच्चे में वैसी व्याकुलता कहाँ? वह तो अपनी माँ पर पूरी तरह निर्भर रहता है। वैसे ही अपने साथ समझो। उन्हीं पर निर्भर रहो। वे ही जब जैसे चाहे तुमसे करा लें। वचनामृत का पाठ करती रहो। (पत्र सँख्या 347, पृष्ठ 483)

255

क्या बात करनी है, क्या नहीं करनी है : औंकार तथा माँ के अतिरिक्त भी उनके और भी असंख्य नाम है – जैसे सच्चिदानन्द, शिव, नारायण आदि। लेकिन सवाल तो यह है कि तुम्हें किस नाम की आवश्यकता है। इसका निर्णय कौन करेगा ? किताबें करेंगी ? कौन करेगा ? किताबों से अगर तुम्हारा काम चल जाता तो फिर दीक्षा लेने की आवश्यकता ही क्या थी ? इन सब बातों को लेकर 'बहुत देर तक' लोगों से बातें न करो। बातें करनी है तो जब बिल्कुल अकेली हो, या रात को जब लोग सो रहे हों तो श्रीश्रीठाकुर से, श्रीश्रीमाँ से रो–रो कर व्याकुलता के साथ प्रार्थनाएँ करो। (पत्र सँख्या 348, पृष्ठ 485)

256

मन का ठाकुरमय होना ही साधना : आध्यात्मिक जीवन के लिए शारीरिक श्रम की आवश्यकता नहीं है। जिस किसी तरह तुम्हारा मन श्रीश्रीठाकुर में लगा रहे, वही साधना है। इसके अतिरिक्त 'साधना करोगे' ऐसी बुद्धि भी ठीक नहीं है। साधना तो तुम्हारे संस्कारों के अनुसार होती रहेगी। तुम्हारा प्रत्येक दिन का जीवन बीतना, इन दिनों की सुख–दुःख की घटनाओं को देखते, सहते रहना यही तपस्या है। लेकिन तुम्हें ख्याल ही नहीं है। (पत्र सँख्या 349, पृष्ठ 485)

257

नाम जपने में ही सुखी रहो : तुम्हें .... तो श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ ने अपना लिया है, तुम्हें किस बात की चिन्ता? श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के अन्तरंग लोग उनसे अपने जीवन के लिए सुख, शान्ति, समाधान कुछ नहीं चाहते हैं वे तो केवल प्रभु, माँ के नाम जपने में ही सुखी रहते हैं। तुम भी जहाँ तक हो सके, हर घड़ी मन ही मन बिना होंठ हिलाये, बिना गिनती रखे, प्रभु का नाम जपते रहो। कुछ माँगो नहीं उन्हें सब मालूम है, समयानुसार, तुम्हारी माँगों को पूरी करेंगे। निश्चिन्त होकर जप ही करते रहो। (पत्र सँख्या 351, पृष्ठ 488)

258

मन की सुनो, मन की मानो : बात इतनी सी है कि जब भी तुम्हारा मन तुम्हें कहे, ऐसा करो, तुरन्त उसे करो, जब मना करता हो तो न करो। इस प्रकार अपने मन के साथ एक सम्बन्ध जोड़ो। फिर उसके चमत्कार देखती रहो। .... श्रीश्रीठाकुर ने कहा है कि तुम उनकी ओर एक कदम बढ़ोगी वे तुम्हारी ओर दस कदम बढ़ेंगे–तुम्हें याद होगा। अपने मन से इस तरह का व्यवहार आज से शुरू कर दो, फिर देखो भगवान तुम्हारी ओर दस कदम कैसे बढ़ आते हैं .... साल भर बाद, जब अपने मन के साथ के सम्बन्ध को पक्का

कर लोगी तो देखने लगोगी कि उसने तुम्हारा सारा भार अपने सिर पर ले लिया है और हर घड़ी तुम्हें चला रहा है। (पत्र सँख्या 352, पृष्ठ 490)

259

दुःख किस बात का ? : तुम्हारी दीक्षा हो चुकी है, श्रीश्रीठाकुर तुम्हारे हृदय के अन्तःपुर में आसन जमा कर बैठे हुए तुम्हें चला रहे हैं, तुम्हें उनका हर घड़ी नाम लेते रहने का अधिकार मिला है, फिर दुःख किस बात का ? (पत्र सँख्या 353, पृष्ठ 491)

260

मन की सफाई : अभी कुछ वर्षो तक जब तुम ध्यान करने बैठोगे तब तुम्हारे मन में सांसारिक बातें ही आती रहेगी जैसे कि जब तुम तीस साल तक बन्द रखा गया कमरा खोलकर उसकी सफाई में लगते हो तो पहले कुछ दिनों तक तुम्हें गन्दगी ही गन्दगी का सामना करना पड़ता है और उसके बावजूद अगर तुम उसे साफ करने में लगे रहते हो तो कुछ और दिनों में वह कमरा सम्भवतः तुम्हारे उपयोग करने लायक बन जाता है। अपने मन के बारे में भी ऐसे ही समझो। तुम्हें मालूम नहीं, अब तुम्हारी दीक्षा हुई, इसका मतलब यही है कि तुमने अपने मन की सफाई करना शुरू किया है, लेकिन यह काम बहुत ही धैर्य के साथ

करो, जल्दबाजी न करो, नहीं तो बीमार पड़ सकते हो। (पत्र सँख्या 356, पृष्ठ 494–495)

261

यह संसार भी एक रोग है : तुमने अपनी बीमारी का निदान कर लिया है तब और क्या करोगे? इसी तरह संसार भी एक रोग है। जिसका दवा इसकी पहचान भर है और यह संसार भी तुम्हारी ही सृष्टि है। इस बात को ज्यों ज्यों समझोगे त्यों त्यों संसार से अब अपनी सच्चाई का, अपने स्वरूप की खोज में लगोगे। जब एक ऐसा नहीं होता तब तक श्रीश्रीठाकुर, स्वामीजी महाराज की पुस्तकें पढ़ने में मन लगाओ। (पत्र सँख्या 354, पृष्ठ 492)

262

मन्त्र क्या है? इष्टदेवता कौन? : मन्त्र वही है जिसका मनन करने से, बारम्बार मन–ही–मन जिसकी आवृत्ति करने से मन से सांसारिक वृत्तियाँ चली जाय, मन शुद्ध हो, शान्त हो, काम–क्रोधादि अवस्थाओं से मुक्त हो। तुमने चूँकि श्रीश्रीठाकुर के बारे में पढ़ा है तथा उनके जीवन को तुम अपने जीवन का आदर्श मानते हो और समझते हो कि उनका नाम जपते रहने से तुम्हारा मन क्रमशः निर्मल हो जायगा इसलिए वे तुम्हारे इष्टदेवता है और इसीलिए तुम उनका नाम

जपती हो जिसे तुम्हारे श्रीगुरु ने तुम्हें विधिवत प्रदान किया है। मन्त्र, देवता के नाम ही है। (पत्र सँख्या 357, पृष्ठ 496)

263

अपना सुधार स्वयं करें : किसी फिल्म प्रोजेक्ट्र में फिल्म डालकर उसे चलाने पर पर्दे पर जैसे उसी फिल्म के चित्रों, दृश्यों को देखते हो, वैसे ही अपने आपको, अपने परिवेश को, जगत को तुम वैसे ही देखते हो जैसे देखने के लिए तुमने अपने मन, बुद्धि, इच्छाओं, संस्कारों को पूर्व-पूर्व जन्मों से तैयार किया है। ... वैसे ही यह जो अपने सम्बन्ध में तुमने लिखा है उसे तुम्हारी अपनी रचना, अपनी सृष्टि ही समझो और जब तुम अच्छी तरह इस बात को समझ लोगे तो फिर यह भी समझने लगोगे कि इनको बदलना भी तुम्हारा ही काम है, तम्हारी बुद्धि का, समझ का काम है। पूर्व को जाने वाला व्यक्ति जब समझता है कि वह पश्चिम की ओर बढ़ रहा है पूर्व की ओर नहीं, तो उसका पहला काम उस समझ को दृढ़ बनाना है निःसंशय बनाना है, निश्चयात्मक बनाना है, फिर वही बुद्धि उसे पूर्व की ओर ले जायेगी। (पत्र सँख्या 359, पृष्ठ 498)

264

जीवन को सिनेमा की तरह अलग होकर देखो : नायक–नायिकाओं के सुख दुःख को देखकर रोने हँसने के लिए तुम पैसे लगाकर टिकट कटवाकर ढ़ाई–तीन घन्टे तक सिनेमा हॉल में बैठी रहती हो लेकिन अपने जीवन की घटनाओं के कारण रोना पड़े तो ऊब जाती हो। अपने जीवन को उससे अलग होकर देखो। (पत्र सँख्या 360, पृष्ठ 502)

265

आत्मा समाधिस्थ कब होती है?: श्रीश्रीठाकुर का कहना है, 'जब यह शरीर और यह जगत वास्तविक रूप से ही मिथ्या है वस्तुतः ही अलीक है, स्वप्नवत है, तुच्छ है,' जैसा अनुभव इन्द्रियों के कारण हो रहा है वैसा वस्तुतः नहीं है, वास्तविक चैतन्य ही है, ऐसा ज्ञान होता है, बोध होता है तो आत्मा समाधिस्थ हो जाती है। (पत्र सँख्या 360, पृष्ठ 502)

266

ब्रह्मकुण्डलिनी का जागरण : श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के आविर्भाव को ही ब्रह्मकुण्डलिनी का जागरण कहा गया है। श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ के आविर्भाव के पूर्व यह ज्ञान, आत्मज्ञान, बहुत ही थोड़े से गिनती के लोगों को

उपलब्ध था। उनके आने के बाद इस ज्ञान की उपलब्धि के लिए कम से कम प्रयास तो कर ही रहे है। (पत्र सँख्या 360, पृष्ठ 502)

267

मन लगाकर जप करो : जप करते समय दूसरे विचार कैस आयेंगे अगर तुम जप करती रहोगी तो? आराम से एक–एक शब्द का उच्चारण करोगी तो मन उसमें लगेगा, मन लगेगा तो दूसरे विचार नहीं आयेंगे। (पत्र सँख्या 361, पृष्ठ 504)

268

सब अभेद है : श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ को अभेद ही समझो, वे भिन्न नहीं है। उनकी जीवनियों को आगे ज्यों ज्यों पढ़ोगी, अध्यात्म के पथ पर त्यों त्यों बढ़ती रहोगी, वैसे वैसे तुम्हें इस बात का अनुभव होता रहेगा। बात जो सचमुच है वह यह कि उनमें और तुम्हारे में भी कोई भेद नहीं है, लेकिन इस बात को तुम अभी नहीं समझ सकोगी। लेकिन वह दिन बहुत दूर नहीं है कि जब तुम अपने मन की गहराईयों में इस बात को भी समझने लगोगी। (पत्र सँख्या 364, पृष्ठ **507**)

269

श्रीश्रीदुर्गासप्तशती पाठ विधि : श्रीश्रीमाँ की तस्वीर सामने रखकर एक आसन पर बैठकर (श्रीश्रीदुर्गासप्तशती) पढ़ती रहो और मनही मन माँ को पाठ सुनने के लिए कहती रहो। तुम्हारा मन ही तुम्हें बातयेगा कि माँ सुन रही है, और किसी नियम की पालन करने की आवश्यकता नहीं है। केवल पुस्तक प्रारम्भ से शुरू करो जहाँ तक पढ़ सको पढ़ती रहो, या फिर जहाँ कोई अध्याय समाप्त होता हो वहीं पढ़ना बन्द कर सकती हो लेकिन श्रीश्रीमाँ की कहने के बाद ही बन्द करो। (पत्र सँख्या 364, पृष्ठ 508)

270

आप ठाकुर–माँ की निगरानी में हैं : निश्चिन्त रहो कि तुम्हारा जीवन जिस प्रकार व्यतीत हो रहा है इस पर श्रीश्रीठाकुर तथा श्रीश्रीमाँ की पूरी निगरानी है। यह तुम्हारा सौभाग्य है और तुम्हारे पूर्व जन्म के संस्कारों के फल है कि तुम्हें ऐसे माता–पिता मिले हैं, ऐसे इष्ट देवता मिले है, ऐसी सारदा माँ मिली है। निश्चिन्त रहो, वे ही तुमसे जो कुछ आवश्यक समझेंगे, करा लेंगे। (पत्र सँख्या 365, पृष्ठ 509)

271

नियमित उपासना : ध्यान–जप तुम्हें बंधा बंधाया काम लगता है, ऐसा तो लगना ही है। बिना नियमित हुए कैसे चलेगा। क्या संसार भी नियमित कार्यक्रम नहीं है? सूरज का हर रोज उदय होना और अस्त होना क्या नियमित नहीं है? (पत्र सँख्या 366, पृष्ठ 510)

272

निरर्थक चिन्ताएँ : तुम्हें अभी दो वर्षो तक एकदम शान्त होकर पठन–पाठन, जप–ध्यान आदि कि प्रक्रियाओं को निरन्तर चलाना पड़ेगा। जो समय तुम 'क्या होगा, मुझे क्या होगा, मैं पागल हो नहीं जाऊँगा क्या?', इस तरह की निरर्थक चिन्ताओं में व्यय करते हो, उसे तुम जप–ध्यान, प्रार्थना आदि में लगाओ। यह तुम्हारे स्वास्थ्य के लिए अति आवश्यक है। (पत्र सँख्या 367, पृष्ठ 511)

273

बुरे विचारो से छुट्कारा : तुम्हारे मन में जब भी बुरे विचार आने लगे तो मन ही मन इष्टमन्त्र का लगन के साथ जप करना प्रारम्भ करो। (पत्र सँख्या 368, पृष्ठ 512)

274

अनूठा मनोविज्ञान – आजमा कर देखने के लिएः अपने मन को दो–ढाई साल की उम्र का एक छोटा बच्चा समझो और दिन रात हर घड़ी उसके साथ रहने का अभ्यास करो। जहाँ कहीं भी तुम जाओ उसे अपने साथ रखो और जहाँ कहीं भी वह जाना चाहे उसे जाने दो, पर हमेशा तुम उसके साथ जाओ। कभी उसे अकेला न छोड़ो, तुम भी उसे लिए बगैर कहीं न जाओ। उसे करने के लिए काम दिया करो। सोते समय उससे कहो कि सुबह तुम्हें कितने बजे उठना है वह तुम्हें उठावेगा। लेकिन ध्यान रहे, उसके उठाते ही तुम तुरन्त नींद छोड़कर उठ बैठो और बिस्तर छोड़ दो। उसकी बातों का पालन करो। इसी तरह तुम्हारे अपने मन के साथ तुम्हारी आत्मीयता हो जाएगी। कोई भी बात जो किसी को कह नहीं सकते उससे कहो और वह जैसे कहे बिल्कुल वैसा ही करो। दो–तीन महीनों तक इस प्रकार का अभ्यास करो। .... जब जप करने बैठो, अपने एक–एक जप को उसे सुनाओ और ख्याल रखो कि वह सुनता है या कहीं चला जाता है। अगर कहीं चला जाता है तो उसके साथ जाओ। जब पढ़ने बैठते हो तो उसे भी पाठ्य विषय को सुनाया करो। अगर तुम्हारा मन समझ जाएगा कि तुम उसका साथ कभी नहीं छोड़ोगे, तो फिर वह भी तुम्हारा साथ कभी नहीं छोड़ेगा। तुम्हारे मन की ऐसी अवस्था होने पर

तुम्हारा मन एकदम स्वच्छ, निर्मल हो जाएगा। (पत्र सँख्या 368, पृष्ठ 512–513)

275

भरोसा करो, समझो : श्रीश्रीरामकृष्ण देव के नाम का मन्त्र तुम्हें मिल चुका है, उसी पर पूरा भरोसा करो। अभी किसी और बात की, प्रश्नों की, पत्राचार की आवश्यकता नहीं है, ऐसा समझो। मेरे कहने से समझो, फिर जप–ध्यान करते करते स्वानुभव से भी समझने लगोगे। (पत्र सँख्या 370, पृष्ठ 515)

276

आत्मसमर्पण : अभी तक तुम समझ रही हो कि आगे बढ़ने के लिए तुम प्रयास कर रही हो, जप का समय बढ़ाने की इच्छा रखती हो, लेकिन फिर थोड़े ही दिनों में देखने लगोगी कि तुम्हारी श्रीश्रीमाँ, तुम्हारे श्रीश्रीठाकुर ही तुम्हारे पीछे पड़कर तुमसे सब कुछ करा रहे हैं। देखोगी कि जो कुछ तुमने सोचा भी नहीं, जिन बातों की कल्पना भी कभी नहीं की थी, वही सब उनकी इच्छा से तुम्हारे जीवन में घट रहा है। इसलिए अपने लिए कोई इच्छाएँ न रखो। केवल उन्हीं की इच्छाएँ पूरी होती देखो। तुम जप नहीं करती, वे तुमसे जप करवा लेते हैं, यह तो तुम जानती भी हो।

निश्चिन्त होकर जैसा करावें वैसा करती रहो। (पत्र सँख्या 371, पृष्ठ 516)

277

उत्तम दिनचर्या का उत्तम फल : ज्यों ज्यों प्रभु के नाम जपने में तुम्हारी रूचि बढ़ेगी त्यों त्यों तुम्हारे हृदय के सिंहासन पर विराजमान प्रभु के कानों तक तुम्हारे नामोच्चारण की ध्वनि पहुँचेगी और उनका रूख तुम्हारी ओर होने लगेगा फिर तुम उनकी आँखों की भाषा समझने लगोगी, फिर उनसे बातें भी करोगी, यही तुम्हारे जीवन की अवस्था है, तुम्हारी दिनचर्या का यही फल होने जा रहा है। क्रमशः तुम्हारा मन रातदिन मन ही मन प्रभु की सेवा में बीतता रहेगा, जैसे तुमने श्रीश्रीठाकुर के जीवन चरित में गोपाल की माँ यानि 'कामारहाटी की ब्राह्मणी' के सम्बन्ध में पढ़ा होगा कि कैसे वह 'गोपाल' ही के नाम जपने मे सारा दिन, सारी रात बिताया करती थी, क्या तुम्हें उस पावन, अनोखे जीवन को दोहराने की इच्छा नहीं है? मैं प्रभु को मनाता हूँ कि वे तुम्हें अनुक्षण पवित्र करें और उनके नाम लेने की शक्ति में वृद्धि करें, तुम्हें स्वस्थ रखें। (पत्र सँख्या 372, पृष्ठ 517)

278

अपने शुद्ध मन को पहचानो : हर काम करती हुई प्रभु के नाम का स्मरण हर घड़ी मन ही मन करो। मन में और किसी भी बात को स्थान न दो, इस प्रकार से अपने शुद्ध मन को पहचानो। तुम्हारा मन ही शुद्ध चैतन्य है, जो कि श्रीश्रीठाकुर का, श्रीश्रीमाँ का स्वरूप है, उसी शुद्ध चैतन्य स्वरूप को तुम कहती हो कमियाँ है, बुद्धिहीन है, आदि। ठीक है, पत्र जरूर लिखा करो, लेकिन प्रभु का नाम भी हर घड़ी जरूर लेती रहो। (पत्र सँख्या 373, पृष्ठ 518)

279

हमारा सुनहरा भविष्य : मनुष्य का भविष्य कब अन्धकारमय होने लगा? मनुष्य ही तो देवता बनता है, ब्रह्मस्वरूप बन जाता है, यही क्या उसका भविष्य नहीं है? भले ही इसी जीवन में न हो?(पत्र सँख्या 374, पृष्ठ 519-520)

280

जन्म-मृत्यु की पहेली : जन्म भला क्या है? यह तो जीवन का एक पहलू ही है। जीवन ही तो मृत्यु का अभाव है, अमृत है। जीवन ही का एक पहलू मौत है, फिर जैसे हम पुराना मकान छोड़ कर नये मकान में जाते हैं, पुराने वस्त्रों की जगह नये वस्त्र पहनते हैं,

वैसे ही जीवन के एक पहलू को छोड़कर अगले पहलू में जाते हैं। जब तक हमारी बुद्धि संसार के असार स्वरूप को समझ नहीं लेती तब तक वह अमृत के स्वरूप को समझ नहीं पाती और इसलिए अमृत स्वरूप हो ही नहीं पाती। श्रीश्रीठाकुर, श्रीश्रीमाँ, स्वामीजी महाराज तथा उनके गुरुभाईयों के जीवन तथा उनके उपदेशों से हम इन्हीं बातों को समझते हैं। (पत्र सँख्या 374, पृष्ठ 520)

281

समझ पाते हो तो समझ लो : इस धरती पर उनका आगमन हमें इन्हीं बातों को अपनी जीवन के जीते-जागते दृष्टान्त से समझाने के लिए हुआ था और अगर समझ पाते हो तो समझ लो कि अभी भी और भविष्य में भी हमारे चित्त्स्वरूप में जो चित्त्स्वरूपता है वह श्रीरामकृष्ण ही हैं, श्रीश्रीमाँ ही हैं, स्वामीजी ही हैं, उनके गुरु भाई ही हैं। (पत्र सँख्या 374, पृष्ठ 520)

282

सारे जगत का कल्याण : प्रभु का नाम लेते रहो। अपने लड़के की चिन्ता करने की जगह प्रभु का चिन्तन करो। इससे जो कल्याण होगा उससे सारे जगत का कल्याण होगा, तुम्हारे बच्चे के क्या कहने! (पत्र सँख्या 374, पृष्ठ 520)

स्फुट उपदेश

(पृष्ठ 643–645)

1

प्राचीन साधुओं की बात है, सर्वदा स्मरण रखो कि यहाँ क्यों आए हो ? गुरु महाराज यहाँ विराजित हैं, वे मन्दिर में बैठे हैं। प्रतिदिन की प्रार्थना और जप के रूप में ही जहाँ भी जाओगे, जो भी करोगे, सुबह और शाम उन्हें नियमित रूप से बताओगे। यदि बाहर जाना हो तो उनकी अनुमति लेना और वापिस लौट कर आने पर उन्हें बताना। श्रीश्री जगन्नाथ मन्दिर में रात्रि में उनकी सेवा के पश्चात पुरोहित लोगों द्वारा उन्हें दैनन्दिन कार्यक्रम की जानकारी देने की प्रथा है, जैसे कि वे ही वहाँ के राजाधिराज हैं, एकमात्र वे ही प्रभु हैं। इसलिए सोने से पहले उनको सब बताया जाता है। इसी प्रकार तुम लोग भी उन्हें बताया करो। मैं यह कर रहा हूँ, वह कर रहा हूँ इत्यादि। अच्छा–बुरा, यहाँ तक कि तुम्हारी होने वाली भूल–भ्रान्ति भी उनको बताया करो। वचनामृत में पढ़ा है न कि उनके साथ एक सम्पर्क बनाना पड़ता है, वह इसलिए कि यह जानना होता कि वे कौन है ? और हम उनके कौन हैं ? यह जानने से ही तो सब हो गया। यही सब हम लोगों ने प्राचीन साधुओं से सुना है।

2

मैंने स्वामी अचलानन्दजी महाराज को बोला था, 'महाराज, स्थानीय महन्त महाराज ऐसे हैं कि, हम लोग सन्ध्या–समय जप–ध्यान के लिए बैठने जाने के समय ही कार्य के लिए बुला लेते हैं'। मैंने सोचा कि वे उक्त महन्त महाराज को बुला कर बोलेंगे, 'उसे इस प्रकार न बुला कर जप–ध्यानादि करने दिया करो'। किन्तु महाराज जी ने मुझे कहा, 'यदि वे तुम्हें कोई कार्य हेतु किसी भी समय बुलाए, चाहे वह तुम्हारे जपादि का ही समय क्यों न हो, तुम गुरु महाराज के पास प्रार्थना करना, ऐसा बोलना कि, मुझे इस समय अन्य कार्य करने के लिए कहा गया है इसलिए मैं अभी यहाँ बैठ कर तुम्हारी सेवा–पूजा नहीं कर पाऊँगा। मुझे आशीर्वाद दीजिए, जिससे मैं दिया गया कार्य सटीक भाव से सम्पन्न कर पाऊँ'। हम लोगों को इसी प्रकार मनोभाव रखना चाहिए। यदि तुम लोग इस प्रकार अभ्यास कर पाओ और अगर उसका जरा सा भी स्वाद पा जाओ, तो और कोई संघर्ष नहीं रह जाएगा। वे जब भी हमें बुलाएंगे और जो भी सेवा का आदेश देंगे, हमें प्रस्तुत रहना चाहिए, ऐसा ही स्वामीजी हम लोगों से आशा करते हैं।

3

तुम अस्वस्थ रहने पर भी आश्रम में मंगल आरती में अवश्य ही आना। श्रीश्रीमाँ के जीवन की

घटना तो तुमको पता ही है। उनका स्वास्थ्य अच्छा नहीं था और वे एक दिन ऐसा सोचकर कि 'ठीक है, अगले दिन भोर में बिस्तर त्याग नहीं करूँगी।' किन्तु उन्होंने स्वयं ही अनुभव किया कि बाद में पहले जैसी दिनचर्या में आने के लिए उन्हें दीर्घ काल तक संघर्ष करना पड़ा। शरीर का ऐसा ही स्वभाव होता है।

3

प्रतिकूल परिस्थितियों में स्वामी गहनानन्दजी महाराज सर्वदा ही अविचलित, प्रशान्त, धैर्यशील और प्रसन्नचित रहते। जब उनसे उनके मानसिक स्थिरता के रहस्य की बात पूछी जाती तो उनका स्वतः स्फूर्त प्रत्युत्तर रहताः

गीता में पढ़ा नहीं ?

'यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः।
यस्मिन् स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचालयते।।'
(भगवद्गीता 6-12)

अर्थात जो परमानन्द लाभ करने के अतिरिक्त कुछ भी लाभकारी अनुभव नहीं करता है एवं परमात्मा प्राप्ति रूप वही अवस्था में स्थित हो जाता है तो महादुःख में भी विचलित नहीं होता। प्रसंग क्रम में, यही था उनका प्रिय गीता का श्लोक।

4

श्रीश्रीठाकुर हमारे केन्द्रस्थल हैं। जीवन के प्रत्येक स्तर में यह भूलने से नहीं चलेगा। वे ही हमारे

परिवार के कर्ता, वे ही हमारे आश्रम के अधिपति हैं। जब भी विपदाग्रस्त होएं, समस्या के सम्मुख होएं, उनको बताना, उनको बोलना, उनके सामने प्रार्थना करना।

5

सब समय यही स्मरण रखना कि मैं उनका ही हूँ, श्रीश्रीठाकुर का प्रतिनिधि। प्रतिनिधि का निजस्व कुछ नहीं रहता है। यही भाव सर्वदा मन में जाग्रत रहने पर कभी भी बेताल पैर नहीं पड़ेगा।

6

चरित्र–गठन ही असली बात है। ठाकुर–स्वामीजी के आदर्श से चरित्र गठन कर लेना होगा। चरित्र–गठन के लिए आत्मविश्वास और आत्मनिर्भरता का अवश्य ही महत्त्व रहता है।

7

यदि हम लोग परिपूर्ण तृप्ति, प्रकृत आनन्द या स्थायी शान्ति पाना चाहते हैं तो हमें इस निकृष्ट या क्षुद्र सत्ता से ऊपर उठना होगा एवं उस उत्कृष्ट सत्ता या हम लोगों के प्रकृत स्वरूप, हम लोगों की चेतना का मूल उत्स – उसे ही आविष्कार करना होगा।

8

मठ के प्रत्येक कार्य में श्रीश्रीठाकुर को स्मरण रखना, उन्हें ही केन्द्र में रख कर किया करो। इसलिए प्रत्येक कार्य में सोलह आना मन निवेशित करने का

प्रयोजन रहता है। हम लोग जो भी कार्य कर रहे हैं, साफ–सफाई करना, घर में मोंछा लगाना, मैला निकालना या पूजा का आयोजन करना, फूल, बेलपत्ता या दूर्वा चुनना – चाहे जो भी कार्य क्यों न हो, पूरा–पूरा मन उसमें देना चाहिए, इससे सब कार्य ही श्रीश्रीठाकुर की सेवा में ही बदल जाता है।

9

श्रीश्रीठाकुर के ऊपर अपना सारा भार समर्पित कर देना ही हम लोगों के लिए यही उचित है। स्वयं के लिए क्या माँगना चाहिए और क्या माँग बैठूंगा, क्या पता? उनके ऊपर पूर्ण निर्भता ही आवश्यक है, बाकी तो वे स्वयं ही देख लेंगे।

1 0

युवकगण आजकल कोई आदर्श नहीं देख पाते हैं, उन सभी के लिए श्रीश्रीठाकुर, स्वामीजी के आदर्श को प्रस्तुत कर देना चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति यदि स्वयं अपने घर में ही एक आदर्श मान कर अनुगामी बनता है, तो उसके प्रभाव से उस घर की सन्तान भी सच में एक महापूरूष के रूप में परिणत हो जाऐगी।

1 1

हम सभी के लिए यह आवश्यक है कि त्याग और सेवा के आदर्श में अनुप्राणित हो जाऐं। हमलोग जो श्रीश्रीठाकुर के इस आदर्श के साथ संस्पर्श में आ

गऐ हैं हमारा एक ही लक्ष्य होना चाहिए और वह है सभी का कल्याण।

1 2

आज के इस युग में यह सन्धि क्षण ही है जब श्रीश्रीठाकुर, माँ और स्वामीजी की भावधारा को आश्रय करके हमारा कर्तव्य बन जाता है कि हम एक योगसूत्र की रचना करें, और यह योगसूत्र जिसका मूलमन्त्र होगा 'सभी के लिए निःस्वार्थ–प्रेम'।

स्वामी गहनानन्दजी महाराज
के पवित्र चरण कमल

परिशिष्ट :–

श्रीरामकृष्ण चालीसा

प्रणेताः–डॉ0 केदार नाथ लाभ

।। अथ श्रीरामकृष्ण चालीसा ।।

दोहा

श्रीगुरु पद–अम्बुज परसि,
सिर धरि धूरि पराग ।
रामकृष्ण यश चिर धवल,
बरनउँ अति अनुराग ।।
ज्ञान ध्यान नहिं योग बल,
कर्म धर्म नहिं एक ।
रामकृष्ण मों दीन को,
दीजै विमल विवेक ।।

चौपाई

जय श्रीरामकृष्ण भगवाना ।
करुणामय जय कृपा निधाना ।।१
खुदीराम के तनय दुलारे ।
चन्द्रामणि माँ मे दृग–तारे ।।२
गया गमन कीन्हें तव ताता ।
सपने विष्णु कही यह बाता ।।३
तुम्हरे गेह लेब अवतारा ।
धरम गलानि हरब संसारा ।।४
विष्णु सत्व गुण लै तनु धारे ।
खुदीराम के गेह पधारे ।।५
मन्दिर मंह शिव ज्योति सुभाई।
चन्द्रामणि के उदर समाई।।६
शिव प्रकटे धरि रूप गदाई।
धन्य हुई चन्द्रामणि माई ।।७
जनम लेत नव रूप दिखाये ।
सकल देह निज भसम रमाये।।८
बक पाँती लखि नभ घन माँही ।

सहज समाधि लग्यो पल माँही ।।९

शिव लीला करि तुम शिव भयऊ ।

देखि सकल चित विस्मित भयऊ ।।१०

जब यज्ञोपवीत क्षण भयऊ ।

धनी कमारिन पहँ तुम गयऊ ।११

प्रथम भीख लै बाल गुसाईं ।

भिक्षा माँ की दियौ बड़ाई ।।१२

सत्य संधु प्रभु तुम करुणाकर ।

तज्यो जाति कुल मान भंयकर ।।१३

शिशु लीला करि दीन दयाला ।

गयो दक्षिणेश्वरहि कृपाला ।।१४

भवतारिणी पूजि बहु भाँति ।

दरस हेतु बिलखेउ दिन राती ।।१५

निज बलि देन खड्ग लै धायो ।

प्रकटी माँ, दरसन–सुख पायो ।।१६

सारदेश्वरी की गहि पाणी ।

भयउ युगल जनु शम्भू–भवानी ।।१७

कंचन काम तोहि नहिं व्यापा।

शुद्ध बुद्ध अकलुष निष्पापा ।।१८
ज्ञान भक्ति अरु कर्म अशेषा ।
प्रकट भये धरि तुम्हरे वेषा ।।१९
जहँ तुम्ह रहेउ बहेउ रस धारा ।
अमित हर्ष आनन्द अपारा ।।२०
बहुदेवन्ह तुम्हरे पहिं आयो ।
दर्शन दै तुम्ह माँहि समायो ।।२१
राम कृष्ण प्रकट तव माँही।
कलियुग मँह तुम सम कोउ नाहीं ।।२२
तुम्ह पहँ आई नरेन अधीरा ।
भयउ असंशय निर्भय धीरा ।।२३
सहधर्मिणि पद धरि जप माला ।
सौप्यो तप–फल सकल कृपाला ।।२४
सकल सिद्धि नरेन्द्र पर वारी ।
आपु अंकिचन भयो भिखारी ।।२५
नील कमल सम श्यामल गाता ।
सस्मित मुख आनन्द विधाता ।।२६
समाधिस्थ पद्मासन धारे ।

अर्थ मुदित दृग परम सुखारे ।।२७
पद्म पलास युगल तव नयना ।
परम मधुर सुर मोहक बयना ।।२८
तुम ही भक्ति भक्त भगवन्ता ।
अज अनादि अनवद्य अनन्ता ।।२९
जीव माँहि शिव दियो दिखाई ।
सकल शक्ति तुम्ह महँ प्रकटाई ।।३०
सर्व धर्म को दियो प्रतिष्ठा ।
जय जय जय अवतार वरिष्ठा ।।३१
गहि तव शरण गिरीश अपावन ।
भयउ अकाम अमल–चित पावन ।।३२
लाटू गँवई पाई तव नेहा ।
भये सिद्ध ब्रह्मज्ञ विदेहा ।।३३
तारक सरत आदि कत प्राणी ।
तुम्हरें कृपा भयौ विज्ञानी ।।३४
करि तव भजन नरेन्द्र सुजाना ।
विश्व विजय किन्हीं जग जाना ।।३५
को जग तव करि सकहिं बड़ाई ।

वेदहुँ सकइ न तव गुण गाई ।।३६

जो श्रद्धा सों तव गुण गावै ।

मुक्त होई चारहुँ फल पावै ।।३७

तव जप ध्यान नित्य जे करई।

माँ सारदा तासु दुःख हरई ।।३८

पढ़ै जो रामकृष्ण चालीसा ।

तासु कलेश हरहि जगदीशा ।।३९

मो पर नाथ करहुँ निज दाया ।

हरहुँ विकार मोह मद माया ।।४०

दोहा

रामकृष्ण माँ सारदा,

सहित विवेकानन्द ।

बसहुँ सदा मम हृदय महुँ,

देहुँ परम आनन्द ।।

सारदावर रामकृष्ण की जय !

जननी सारदामणि की जय !!

स्वामीजी महाराज की जय !!!

श्री सारदा वन्दन

दोहा

माता श्यामासुन्दरी,
रामचन्द्र पितु गेह ।
जगदम्बा भवतारिणी,
उतरी ले नव देह ।।१
पौष कृष्ण शुभ सप्तमी,
दिन पुनीत गुरुवार ।
हुआ सारदा का परम
करुणामय अवतार ।।२

छंद

जयरामबाटी पुण्य–माटी
सहज सुकृति सहोदरा
चिर मनोभावन भूमि
पावन शस्य श्यामल उर्वरा ।

मंगल–विधात्री शान्ति–दात्री
लोक–शोक–तिमिर–हरा
अवतरि माता दिव्यगाता
विमल बुद्धि ऋतम्भरा ।।

दोहा

गूँज उठी शत शंखध्वनि,
गूँजे सुललित गान ।
नत वन्दन करने लगे,
सुर–मुनि वेद–पुराण ।।३

चौपाई

जय जय माँ सारदा सुनीता ।
विश्व–वन्दिता परम पुनीता ।।
जय श्यामासुन्दरी किशोरी ।
रामचन्द्र–दुहिता अति भोरी ।।
जय जय भुवन विमोहिनि माता।

जय शुचि रुचि मुख मंगल दाता।।
जय करुणा–वरुणा कल्याणी ।
जय संतिति–वत्सला अमानी ।।
तुम ही उमा जानकी राधा।
त्याग याग तप प्रीति अगाधा ।।
तुम ही ज्ञान कर्म की भाषा ।
अचल भक्ति की तुम परिभाषा ।।
पावन तन मन जीवन गंगा ।
निर्मल छबि रवि–रश्मि अभंगा ।।
रामकृष्ण गत प्राण तुम्हारे ।
रोम–रोम तन्नाम उचारे ।।

सोरठा

हरने को भू–भार,
तुम आयी संसार में ।
लीला परम अपार,
कौन तुम्हारी गा सके ।।४

छंद

अक्षय सुहागिनि !
चिर विरागिनी !
हे अमर वरदायिनी ।
माँ सारदेश्वरि !
हे शुभेश्वरि !
भक्ति दो अन्नपायिनी ।।
कर दो विमल मन
अमल जीवन
देवि यह वर दो मुझे ।
अपनी शरण में
अंत क्षण में अभय
कर धर लो मुझे ।।

तारक शरत् नरेन्द्र शशि,
लाटू हरि राखाल ।
स्नेह–सुधा तव पान कर,
सब हो गये निहाल ।।५
माँ दो निज पद्म में,
नित अखंड विश्वास ।
कटें बंध–भव उर–तिमिर,
मिटे ताप–त्रय–त्रास ।।६

स्मरणीय बिन्दु

स्मरणीय बिन्दु

‘जप तो इस भाव से करना चाहिए जैसे कोई एक माँ अपने खोये हुए बच्चे का नाम लेकर दिनरात रोया करती है। जप करने का उद्देश्य भी यही है, भगवान से, श्रीश्रीठाकुर से उस प्रकार का लगाव उत्पन्न होना। वह भी तब ही हो पावेगा जब तम्हारा मन संसार के कूड़ा–कड़कट से हटकर शुद्ध होगा। फिलहाल अंगुलियों से ही जप करो।’ (पत्र सँख्या 124, पृष्ठ 230)

स्वामी गहनानन्द

रामकृष्ण मिशन लोकशिक्षा परिषद

रामकृष्ण मिशन आश्रम

नरेन्द्रपुर, कोलकाता – 700103

Phone: 033-24274537/528

Email: rkmlpndp@gmail.com

Website: www.rkmlsp.org

समर्पण मूल्य :– 50/–